

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai tingkat pengetahuan tentang anemia dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Desa Sidoharjo, dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar remaja putri memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai anemia dan tablet tambah darah.
2. Sebagian besar remaja putri tergolong patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

B. Saran

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan edukasi dan penyuluhan mengenai anemia serta pentingnya konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri secara rutin dan berkelanjutan. Selain itu, perlu dipertimbangkan inovasi dalam bentuk sediaan suplemen zat besi yang lebih disukai remaja, seperti tablet dengan salut gula atau sediaan berbentuk gummy (jeli), sehingga rasa dan aroma zat besi yang kurang disukai dapat diminimalkan dan diharapkan dapat meningkatkan kepatuhan konsumsi.

2. Bagi Remaja Putri

Remaja putri yang telah patuh mengonsumsi Tablet Tambah Darah diharapkan dapat mempertahankan kepatuhan tersebut sebagai upaya pencegahan anemia dan menjaga status kesehatannya. Sementara itu, bagi remaja putri yang belum patuh, diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya konsumsi TTD sesuai anjuran, tidak menghentikan konsumsi hanya karena rasa atau efek samping ringan, serta menerapkan cara konsumsi yang benar, seperti mengonsumsi TTD setelah makan dan bersama air putih atau minuman yang mengandung vitamin C untuk membantu penyerapan zat besi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian mengenai faktor-faktor lain yang memengaruhi kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri, seperti dukungan keluarga, pengaruh teman sebaya, motivasi, pola makan, serta efek samping yang dirasakan setelah mengonsumsi tablet tambah darah. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat menggunakan metode penelitian yang berbeda dan jumlah sampel yang lebih besar agar diperoleh hasil penelitian yang lebih mendalam dan lebih representatif.