

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada penelitian yang berjudul “Gambaran Pengetahuan dan Sikap tentang Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Pengasih Tahun 2026” dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar responden berusia 17 tahun.
2. Sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik tentang anemia.
3. Sebagian besar responden memiliki sikap negatif terhadap pencegahan anemia.

B. Saran

1. Bagi Siswi SMAN 1 Pengasih Kulon Progo

Diharapkan siswi dapat meningkatkan pengetahuan mengenai anemia dan lebih aktif dalam menerapkan perilaku pencegahan anemia, seperti mengonsumsi makanan bergizi seimbang, rutin minum tablet tambah darah, dan menjaga pola hidup sehat. Siswi diharapkan tidak hanya memosisikan diri sebagai pendengar pasif, melainkan aktif terlibat dalam kegiatan edukasi kesehatan interaktif di sekolah (seperti simulasi gizi, *games* edukatif, atau demonstrasi pengolahan makanan

kaya zat besi) untuk membangun persepsi positif dan meningkatkan kesadaran emosional akan pentingnya mencegah anemia.

2. Bagi Kepala Sekolah SMAN 1 Pengasih

Diharapkan kepala sekolah dapat berperan aktif sebagai penggerak dalam meningkatkan kesadaran remaja putri mengenai pentingnya pencegahan anemia. Mengingat mayoritas remaja putri memperoleh informasi dari media digital (65,3%), pihak sekolah disarankan untuk memfasilitasi pembuatan atau penyebaran konten edukasi digital yang kreatif dan kredibel. Kepala sekolah dapat mendukung integrasi media sosial resmi sekolah atau pembuatan mading digital yang menyajikan video pendek, infografis, dan siaran edukatif berkala mengenai pencegahan anemia yang dikemas secara menarik guna mengubah stigma negatif remaja.

3. Bagi Penanggung Jawab UKS SMAN 1 Pengasih Kulon Progo

Diharapkan pihak penanggung jawab UKS SMAN 1 Pengasih dapat meningkatkan program edukasi kesehatan mengenai anemia melalui kegiatan penyuluhan, kerja sama dengan tenaga kesehatan, serta mendukung pelaksanaan program pemberian tablet tambah darah di sekolah, melakukan evaluasi sikap pasca-kegiatan edukasi secara terstruktur. Evaluasi ini dapat dilakukan melalui pengisian kuesioner singkat ataupun observasi harian terhadap kepatuhan konsumsi TTD (misalnya melalui gerakan minum TTD bersama di sekolah), sehingga

intervensi berikutnya dapat disesuaikan dengan perubahan psikologis siswi.

4. Bagi Bidan

Diharapkan bidan wilayah dapat lebih intensif dalam memberikan edukasi dan informasi akurat mengenai anemia kepada remaja putri di sekolah, mengingat peran tenaga kesehatan sangat penting dalam memastikan informasi yang diterima remaja dapat dipertanggungjawabkan. Bidan dapat mengoptimalkan program penyuluhan kesehatan serta melakukan pendampingan dalam program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) di SMAN 1 Pengasih untuk membantu mengubah sikap negatif remaja menjadi sikap positif terhadap sikap pencegahan anemia.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian selanjutnya dapat mengembangkan penelitian dengan variabel lain yang berhubungan dengan anemia, seperti pola makan, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, status gizi, dan pemeriksaan kadar hemoglobin sehingga hasil penelitian menjadi lebih lengkap.