

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Panjatan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik remaja putri berdasarkan usia menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 14 tahun sebanyak 73 responden (80,2%), diikuti usia 15 tahun sebanyak 15 responden (16,5%), dan usia 13 tahun sebanyak 3 responden (3,3%).
2. Karakteristik remaja putri berdasarkan siklus menstruasi menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki siklus menstruasi teratur, yaitu sebanyak 74 responden (81,3%), sedangkan responden dengan siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 17 responden (18,7%).
3. Gambaran perilaku kepatuhan konsumsi tablet tambah darah menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori kepatuhan sedang, yaitu sebanyak 43 responden (47,3%). Responden dengan kepatuhan tinggi sebanyak 26 responden (28,6%), sedangkan responden dengan kepatuhan rendah sebanyak 22 responden (24,2%).
4. Secara umum, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Panjatan sebagian besar masih berada pada kategori sedang. Kondisi ini menunjukkan bahwa program pemberian tablet tambah darah telah berjalan, namun masih

diperlukan peningkatan edukasi, motivasi, pemantauan, serta dukungan dari sekolah, keluarga, dan tenaga kesehatan agar kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dapat meningkat sehingga pencegahan anemia pada remaja putri dapat terlaksana secara lebih optimal.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi siswi SMP Negeri 1 Panjatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswi mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah (TTD) secara teratur sebagai upaya pencegahan anemia serta mendorong terbentuknya perilaku patuh. Untuk itu, disarankan diadakan penyuluhan rutin, media edukasi (poster, leaflet), dan kegiatan *peer education* untuk memperkuat motivasi serta mekanisme pengingat mingguan yang melibatkan teman sebaya sehingga kebiasaan konsumsi tablet tambah darah lebih terjaga.

2. Bagi SMP Negeri 1 Panjatan

Pihak sekolah dapat memanfaatkan temuan ini sebagai bahan evaluasi pelaksanaan program pemberian tablet tambah darah dan dasar pengembangan kegiatan kesehatan sekolah (UKS). Disarankan memperkuat sistem pencatatan dan monitoring distribusi serta konsumsi tablet tambah darah, memasukkan materi tablet tambah darah ke

kurikulum pendidikan kesehatan, dan menyediakan dukungan lintas-staf (wali kelas, petugas UKS) untuk menindaklanjuti hambatan pada siswi.

3. Bagi Puskesmas Panjatan I

Puskesmas diharapkan menggunakan data tingkat kepatuhan untuk mengevaluasi dan menyempurnakan program pemberian tablet tambah darah di sekolah, termasuk perencanaan penyuluhan, monitoring, dan pendampingan rutin. Disarankan menyesuaikan strategi promosi kesehatan dengan hambatan yang ditemukan, meningkatkan koordinasi dengan sekolah, serta memberikan pelatihan bagi tenaga kesehatan dan guru dalam edukasi dan konseling tablet tambah darah.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri, seperti tingkat pengetahuan, sikap, motivasi, dukungan keluarga, dukungan teman sebaya, peran guru, maupun efek samping yang dirasakan setelah mengonsumsi tablet tambah darah. Selain itu, penelitian dapat dilakukan pada populasi yang lebih luas dan menggunakan metode analitik sehingga dapat menjelaskan hubungan antar variabel serta memperoleh hasil yang lebih representatif. Saran ini penting mengingat penelitian ini hanya menggambarkan tingkat kepatuhan dan dilakukan pada satu sekolah sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan secara luas.