

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran tingkat pengetahuan dan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Nanggulan Tahun 2026, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar remaja putri di SMP Negeri 1 Nanggulan memperoleh informasi mengenai anemia melalui internet sebagai sumber informasi utama.
2. Mayoritas remaja putri memiliki siklus menstruasi normal sehingga menunjukkan kondisi fungsi reproduksi yang berjalan secara fisiologis.
3. Sebagian besar remaja putri memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai anemia. Meskipun demikian, masih terdapat responden yang memiliki tingkat pengetahuan cukup dan kurang, terutama pada aspek penyebab anemia, tanda dan gejala anemia, serta upaya pencegahan anemia.
4. Sebagian besar remaja putri tidak mengalami anemia dan tidak ditemukan kasus anemia berat. Namun, masih terdapat responden yang mengalami anemia ringan dan anemia sedang.
5. Responden yang memperoleh informasi mengenai anemia melalui internet mayoritas memiliki tingkat pengetahuan yang baik.

6. Secara deskriptif, kejadian anemia lebih banyak ditemukan pada remaja putri dengan siklus menstruasi tidak normal dibandingkan remaja putri dengan siklus menstruasi normal.
7. Secara deskriptif, responden yang tidak mengalami anemia mayoritas memiliki tingkat pengetahuan baik, sedangkan responden yang mengalami anemia sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan cukup.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Remaja Putri

Diharapkan remaja putri dapat meningkatkan pengetahuan mengenai anemia melalui sumber informasi yang terpercaya, baik dari tenaga kesehatan, guru, maupun media informasi yang valid. Selain itu, remaja putri diharapkan memahami penyebab, tanda dan gejala, serta upaya pencegahan anemia sehingga dapat menjaga kesehatan diri dalam kehidupan sehari-hari.

2. Bagi Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Nanggulan

Diharapkan pihak sekolah dan puskesmas dapat bekerja sama dalam menyelenggarakan edukasi kesehatan mengenai anemia secara berkala bagi remaja putri. Edukasi dapat difokuskan pada materi yang masih belum dipahami secara optimal oleh siswi, terutama mengenai penyebab anemia, tanda dan gejala anemia, serta upaya pencegahan anemia. Selain itu, sekolah

dan puskesmas diharapkan dapat memanfaatkan media digital sebagai sarana edukasi kesehatan yang mudah diakses oleh remaja putri serta mendukung pelaksanaan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) dan kegiatan pemantauan konsumsi TTD di sekolah.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi dan data awal bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan anemia pada remaja putri. Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji berbagai faktor yang berkaitan dengan anemia pada remaja putri, seperti pola makan, status gizi, kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), lama menstruasi, dan faktor kesehatan reproduksi lainnya.