

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan tujuan penelitian, kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah:

1. Terdapat hubungan antara tingkat kecukupan zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya tahun 2025
2. Terdapat hubungan antara tingkat kecukupan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya tahun 2025
3. Tidak ada hubungan antara kepatuhan konsumsi TTD dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya tahun 2025
4. Tidak ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya tahun 2025

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian terdapat beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan bagi responden dan peneliti selanjutnya yaitu sebagai berikut:

1. Bagi SMAN 1 Manonjaya

Pihak SMAN 1 Manonjaya disarankan untuk terus bekerja sama dengan Puskesmas Manonjaya dalam memberikan edukasi secara rutin kepada remaja putri mengenai pentingnya mengonsumsi makanan bergizi

terutama zat besi dan vitamin C. Memberikan lembar pemantauan konsumsi TTD dan melaksanakan program konsumsi TTD bersama.

2. Bagi Siswi SMAN 1 Manonjaya

Remaja putri SMAN 1 Manonjaya diharapkan dapat meningkatkan asupan makanan bergizi seimbang setiap harinya untuk memenuhi kebutuhan asupan terutama pada asupan zat besi dan vitamin C.

3. Bagi Peneliti Lain

Penelitian selanjutnya diharapkan untuk memperluas cakupan variabel yang diteliti, seperti asupan zat gizi lain yang dapat berpengaruh pada kejadian anemia pada remaja putri misalnya vitamin B12, asam folat (B9). Pengukuran kepatuhan konsumsi TTD dapat ditambah dengan menggunakan lembar ceklis kepatuhan Kemenkes untuk mengetahui konsumsi TTD setiap minggu. Memperluas penelitian mengenai siklus menstruasi dan volume darah menstruasi.