

BAB 6 : PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pola konsumsi pangan inhibitor dan enhancer Fe, bioavailabilitas Fe, body image dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 1 Enam Lingsung tahun 2024, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Berdasarkan distribusi frekuensi didapatkan bahwa sebagian besar remaja putri SMAN 1 Enam Lingsung memiliki Hb normal atau tidak anemia.
2. Berdasarkan distribusi frekuensi didapatkan bahwa sebagian besar remaja putri SMAN 1 Enam Lingsung sering mengonsumsi pangan inhibitor Fe.
3. Berdasarkan distribusi frekuensi didapatkan bahwa sebagian besar remaja putri SMAN 1 Enam Lingsung jarang mengonsumsi pangan enhancer Fe.
4. Berdasarkan distribusi frekuensi didapatkan bahwa sebagian besar remaja putri SMAN 1 Enam Lingsung memiliki bioavailabilitas Fe rendah.
5. Berdasarkan distribusi frekuensi didapatkan bahwa sebagian besar remaja putri SMAN 1 Enam Lingsung memiliki *body image* negatif.
6. Berdasarkan distribusi frekuensi didapatkan bahwa sebagian besar remaja putri SMAN 1 Enam Lingsung tidak patuh mengonsumsi tablet tambah darah
7. Tidak terdapat hubungan antara pola konsumsi pangan inhibitor Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri SMAN 1 Enam Lingsung tahun 2024 dengan $p\text{-value} = 0,709$ ($p > 0,05$).

8. Tidak terdapat hubungan antara pola konsumsi pangan enhancer Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri SMAN 1 Enam Lingsung tahun 2024 dengan $p\text{-value} = 0,682$ ($p > 0,05$).
9. Tidak terdapat hubungan antara pola konsumsi pangan bioavailabilitas Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri SMAN 1 Enam Lingsung tahun 2024 dengan $p\text{-value} = 0,439$ ($p > 0,05$).
10. Terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan kejadian anemia pada remaja putri SMAN 1 Enam Lingsung tahun 2024 dengan $p\text{-value} = 0,045$ ($p < 0,05$).
11. Terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri SMAN 1 Enam Lingsung tahun 2024 dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$).

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Responden

Bagi semua siswi remaja putri diharapkan untuk memperhatikan pola makan yang dikonsumsi, serta meningkatkan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah untuk membantu meningkatkan kadar Hb menjadi normal.

6.2.2 Bagi Sekolah

Bagi pihak sekolah diharapkan untuk dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia serta melakukan upaya penanganan dan pencegahan terhadap anemia seperti memberikan informasi terkait anemia remaja dengan mengaktifkan kinerja UKS dan bekerjasama dengan pihak Puskesmas agar informasi yang diperoleh lebih terperinci.

Perlu adanya kolaborasi sekolah dengan puskesmas untuk memberikan edukasi kepada remaja putri terkait anemia. Selain itu, remaja putri juga perlu di edukasi mengenai makanan apa saja yang terkandung inhibitor maupun enhancer fe.

6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan atau referensi untuk penelitian selanjutnya. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mempertimbangkan faktor risiko lain yang juga mempengaruhi anemia dan meneliti variabel-variabel penyerta lain yang diduga mempengaruhi anemia pada remaja putri dengan memperhatikan subjek seperti siklus menstruasi dan lainnya.

