

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMAS Yayasan Bandung terkait hubungan pengetahuan anemia, asupan Vitamin C, dan Zat Besi dengan kejadian anemia remaja di SMAS Yayasan Bandung dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden di SMA Yayasan Bandung yaitu mayoritas usia responden 16 tahun sebanyak 16 (31%) responden. Mayoritas pendidikan ayah dan ibu pada tingkat SMA sebanyak 30 (58,8%) orang. Mayoritas pekerjaan ayah wiraswasta yaitu sebanyak 31 (60,8%) orang dan mayoritas pekerjaan ibu adalah IRT, yaitu sebanyak 43 (84,3%) orang. Mayoritas pendapatan ayah adalah <Rp 1.000.000, yakni sebanyak 18 (35,3%) orang dan mayoritas pendapatan ibu adalah tidak ada, yakni sebanyak 42 (82,4%) orang. Mayoritas besaran keluarga adalah pada keluarga sedang (5-6 orang), yakni sebanyak 27 (52,9%) responden. Mayoritas pemeriksaan kadar Hb adalah belum pernah memeriksa kadar Hb, yaitu sebanyak 42 (82,4%) responden, dan mayoritas riwayat konsumsi suplemen zat besi adalah belum pernah mengonsumsi suplemen zat besi, yaitu sebanyak 34 (66,7%) responden.
2. Pengetahuan remaja putri dalam penelitian ini mayoritas berada pada kategori sedang, yakni sebanyak 23 (45%) responden

3. Asupan zat besi remaja putri dalam penelitian ini mayoritas berada pada kategori cukup ( $>77\%$  dari asupan mg per hari), yakni sebanyak 27 (53%) responden
4. Asupan vitamin C remaja putri dalam penelitian ini mayoritas berada pada kategori cukup ( $>77\%$  dari asupan mg per hari), yakni sebanyak 42 (82%) responden
5. Kejadian anemia dalam penelitian ini mayoritas berada pada kategori anemia ( $<12$  mg/dl), yakni sebanyak 30 (59%) responden
6. Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan anemia dengan kejadian anemia remaja di SMAS Yayasan Bandung ( $p$ -value = 0,091)
7. Terdapat hubungan antara asupan Zat Besi dengan kejadian anemia remaja di SMAS Yayasan Bandung ( $p$ -value = 0,000)
8. Tidak terdapat hubungan antara asupan Vitamin C dengan kejadian anemia remaja di SMAS Yayasan Bandung ( $p$ -value = 0,211)
9. Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan zat besi dengan kejadian anemia. Dengan nilai R Square adalah 0,375 atau 37,5% variable kejadian anemia mampu dijelaskan oleh asupan zat besi. Sedangkan sisanya sebesar 62,5% dijelaskan oleh variable lain di luar model penelitian ini.

## 5.2. Saran

1. Bagi remaja

Diharapkan penelitian ini para remaja putri agar lebih memperhatikan

makanan yang akan dikonsumsi serta pemilihan makanan yang baik dan bergizi serta diharapkan untuk lebih menambah wawasan pengetahuan dengan lebih rajin membaca mencari informasi seputar kesehatan khususnya kesehatan remaja putri.

## 2. Bagi pihak sekolah

Diharapkan lebih meningkatkan pendidikan nonformal seperti mengadakan lomba membuat poster promotif dan preventif tentang kesehatan remaja terutama anemia, lomba pidato tentang kesehatan agar murid secara tidak langsung mencari informasi dengan harapan semakin menambah pengetahuan juga menjaga asupan pangan murid di sekitaran sekolah.

## 3. Bagi Para Orang Tua Siswi

Diharapkan peran orang tua yakni ibu dan ayah dapat berperan aktif dalam menyediakan dan memberikan makanan yang baik dan bergizi bergizi bagi anak-anaknya agar dapat bertumbuh dan berkemabng dengan baik di masa remaja.