

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan :

1. Karakteristik responden yaitu, pendidikan ayah (SMP/SMA) dengan rerata $11,63 \pm 2,12$ tahun dan pendidikan ibu (SMP/SMA) dengan rerata $10,69 \pm 2,87$ tahun, pekerjaan ayah sebagai karyawan dan pekerjaan ibu sebagai ibu rumah tangga, pendapatan ayah kategori sedang dengan rerata Rp. $3.309.698 \pm 857.611$, dan ibu tidak mempunyai penghasilan.
2. Pola makan remaja putri termasuk kategori kurang baik sebesar 50,02 persen.
3. Status gizi remaja putri termasuk kategori status gizi kurus sebesar 42,86 persen.
4. Remaja putri sebagian besar menderita anemia sebanyak 71,43 persen.
5. Hasil analisis uji korelasi rank spearman terdapat hubungan positif dan signifikan antara pola makan dengan anemia pada remaja putri dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,626 dan nilai p-value sebesar 0,000 pada taraf signifikan 0,05 artinya semakin baik pola makan maka semakin rendah anemia pada remaja putri.
6. Hasil analisis uji korelasi rank spearman terdapat hubungan positif dan signifikan antara status gizi dengan anemia pada remaja putri dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,636 dan nilai p-value sebesar 0,000 pada taraf signifikan 0,05 artinya semakin baik status gizi maka semakin rendah anemia pada remaja putri.

7. Berdasarkan hasil analisis *regresi linier berganda* terdapat hubungan positif dan signifikan antara pola makan dan status gizi dengan anemia pada remaja putri. ($Y = 3,708 + 0,6653x_1 + 0,476x_2$) Artinya semakin baik pola makan dan semakin baik status gizi maka semakin rendah anemia pada remaja putri. Dengan nilai R square sebesar 0,52 dengan nilai p-value 0,000 yang setelah dikalikan 100 persen menjadi 52 persen. Hal ini berarti sebesar 52 persen variasi anemia dijelaskan dengan variabel pola makan dan status gizi. Sedangkan sisahnya 42 persen dijelaskan oleh faktor lain diluar penelitian.

5.2. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat implikasi yang digunakan untuk peningkatan kesehatan di SMP Negeri 2 Medan yaitu :

1. Hasil dari penelitian di wilayah SMP Negeri 2 Medan yaitu, masih rendahnya pola makan dan status gizi remaja sehingga hal tersebut dapat dijadikan data oleh puskesmas atau pelayanan kesehatan untuk melakukan penyuluhan tentang gaya hidup dan pola makan, guna mengurangi hiperkolesterolemia di daerah tersebut.
2. Hasil dari penelitian di wilayah SMP Negeri 2 Medan yaitu terdapat angka anemia yang tinggi, sehingga hal tersebut dapat menjadi dasar pelayanan kesehatan untuk lebih memperhatikan anemia remaja yang ada di wilayah setempat untuk memperkecil angka tersebut.

1.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian diatas, maka disarankan hal-hal sebagai berikut :

1. Agar mendapatkan hasil yang lebih baik dan akurat, diharapkan agar peneliti selanjutnya melakukan penelitian lanjutan dengan metode penelitian yang berbeda, variabel yang berbeda, jumlah populasi dan sampel yang lebih banyak.
2. Pelayanan kesehatan di harapkan dapat memperhatikan dan memberi tablet tambah darah kesekolah, agar meminimalisir terjadi anemia pada remaja putri.
3. Diharapkan kepada remaja putri agar lebih memperhatikan jenis makanan, frekuensi makan, dan jumlah makanan yang dimakan supaya dapat mencegah terjadinya anemia dan meminum tablet tambah darah apabila sudah merasakan tanda dan gejala anemia agar tidak mengakibatkan dampak serius.