

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai Faktor - Faktor yang Memengaruhi Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMKN 2 Padang maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebanyak 55 orang (64%) memiliki status gizi normal pada remaja putri di SMK Negeri 2 Padang.
2. Sebanyak 50 orang (58,1%) memiliki lamanya menstruasi normal pada remaja putri di SMK Negeri 2 Padang.
3. Sebanyak 46 orang (53,5%) memiliki durasi tidur tidak cukup pada remaja putri di SMK Negeri 2 Padang.
4. Sebanyak 54 orang (62,8%) tidak mengalami anemia pada remaja putri di SMK Negeri 2 Padang.
5. Terdapat hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 2 Padang
6. Terdapat hubungan lamanya menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 2 Padang.
7. Terdapat hubungan durasi tidur dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 2 Padang.

B. Saran

1. Peneliti

Peneliti disarankan untuk menggali lebih dalam mengenai faktor faktor yang memengaruhi kejadian anemia pada remaja putri, sehingga dapat ditemukan solusi yang lebih efektif untuk mengurangi prevalensi anemia dan faktor faktor yang menyebabkan terjadinya anemia.

2. Peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan meneliti faktor lain yang belum diteliti dalam penelitian ini, seperti pola makan, asupan zat besi, konsumsi tablet tambah darah, dan aktivitas fisik yang dapat berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Penelitian selanjutnya juga diharapkan menggunakan jumlah sampel dan cakupan wilayah yang lebih luas agar diperoleh hasil yang lebih mendalam dan dapat menggambarkan faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia secara lebih menyeluruh.

4. Tempat penelitian

Kepala Sekolah SMK Negeri 2 Padang diharapkan dapat mendorong remaja putri untuk memiliki kesadaran diri dalam menjaga kesehatan, seperti menerapkan pola makan bergizi seimbang, dan membiasakan tidur yang cukup serta teratur sebagai upaya mencegah anemia.