

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Pada kelompok usia didapatkan responden paling banyak berusia 16 tahun sebanyak 17 responden (40,4%), pada kelompok kepatuhan konsumsi TTD paling banyak tidak patuh mengonsumsi TTD yaitu sebanyak 31 responden (73,8%), dan pada kelompok status gizi paling banyak memiliki status gizi normal yaitu sebanyak 32 responden (76,2%).
2. Kadar hemoglobin responden pada penelitian ini sebagian besar memiliki kadar hemoglobin normal yaitu sebanyak 29 responden (69,0%).
3. Pada kelompok usia ditemukan kadar hemoglobin normal paling banyak pada responden dengan usia 17 tahun yaitu sebanyak 9 responden (81,8%), pada kelompok kepatuhan konsumsi TTD ditemukan kadar hemoglobin normal paling banyak pada responden yang tidak patuh mengonsumsi TTD yaitu sebanyak 23 responden (74,2%), dan pada kelompok status gizi ditemukan kadar hemoglobin normal paling banyak pada responden dengan status gizi normal yaitu sebanyak 21 responden (65,6%).

#### **B. Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, adapun saran dari penelitian ini yaitu:

1. Bagi remaja putri, penelitian ini dapat dijadikan bahan bacaan sebagai sumber informasi mengenai gambaran kadar hemoglobin dan penyakit anemia. Remaja putri diharapkan meningkatkan asupan zat besi baik dari makanan maupun

konsumsi Tablet Tambah Darah sesuai dengan aturan yang dianjurkan yaitu 1 tablet/minggu untuk mencegah terjadinya penurunan kadar hemoglobin.

2. Bagi pihak SMA Negeri 2 Denpasar, agar tetap melanjutkan program pemberian Tablet Tambah darah kepada para siswinya dan melakukan upaya untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD serta melakukan penyuluhan mengenai kejadian anemia dan dampaknya pada remaja putri.
3. Bagi peneliti selanjutnya, jika mengambil topik penelitian serupa agar menambahkan variabel lain berupa siklus menstruasi, pola makan dan aktivitas fisik serta dalam pengukuran kadar hemoglobin menggunakan metode *gold standart* untuk mendapatkan hasil yang lebih akurat.