

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMA Negeri 2 Singaraja, Mengenai Hubungan Persepsi Dan Motivasi Minum Tablet Tambah Darah Dengan Kadar Hemoglobin Siswi SMA Negeri 2 Singaraja dapat disimpulkan bahwa :

1. Siswi di SMA Negeri 2 Singaraja yang mengalami status anemia sedang yaitu 21,1%, dan yang mengalami status anemia ringan yaitu 8,3%.
2. Sebagian besar persepsi siswi SMA Negeri2 Singaraja mengenai Tablet Tambah Darah berada dalam kategori baik yaitu 59,2%.
3. Sebagian besar motivasi siswi SMA Negeri2 Singaraja minum Tablet Tambah Darah berada dalam kategori sedang yaitu 46,5%.
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi dengan motivasi siswi SMA Negeri 2 Singaraja minum Tablet Tambah Darah dengan nilai ($p = 0,026$).
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi minum Tablet Tambah Darah dengan kadar Hemoglobin siswi SMA Negeri 2 Singaraja dengan nilai ($p = 0,034$).

B. Saran

1. Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa beberapa sampel siswi masih memiliki persepsi yang kurang baik mengenai pentingnya manfaat tablet tambah darah dengan motivasi yang belum optimal pula untuk minum tablet tambah darah. Untuk itu perlu diadakan pembiasaan untuk minum tablet tambah darah, serta gambar-gambar tentang pentingnya zat besi di tiap ruangan kelas sehingga siswi memiliki perhatian, ingatan, imajinasi dan termotivasi sehingga perilaku minum tablet tambah darah menjadi lebih baik.
2. Peningkatan pengetahuan gizi melalui penyuluhan atau edukasi gizi mengenai jumlah dan jenis-jenis bahan makanan sebagai sumber zat besi seperti kacang-kacangan, udang, hati dan sapi serta sumber vitamin C seperti buah-buahan dan sayuran yang sangat bermanfaat untuk meningkatkan penyerapan zat besi.
3. Diharapkan petugas puskesmas dibantu oleh tenaga pendidik di sekolah dapat meningkatkan kemampuan dalam memberikan penyuluhan mengenai pentingnya suplementasi zat besi dalam upaya penanggulangan resiko terjadinya anemia serta edukasi mengenai tablet tambah darah yang dapat dilaksanakan pada akhir semester atau disisipkan pada beberapa mata pelajaran di kelas formal. Selain itu, memperbanyak informasi mengenai gizi, dengan memajang informasi pada papan pengumuman atau majalah dinding.
4. Pemerintah Daerah Kabupaten Buleleng melalui sekolah – sekolah lebih meningkatkan sosialisasi dan pemantauan minum TTD pada remaja putri di sekolah – sekolah.