BAB VI

SIMPULAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan pengetahuan tentang anemia dan tablet tambah darah dengan komitmen remaja putri mengkonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMK Kesehatan Bali Dewata dengan 49 sampel, dapat disimpulkan beberapa hal yaitu sebagai beikut :

1. Pengetahuan remaja putri tentang anemia dan tablet tambah darah sebanyak 75,5% dalam kategori tingkat pengetahuan baik
2. Komitmen remaja putri mengkonsumsi tablet tambah darah sebanyak 51,1% dalam kategori baik.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang anemia dan tablet tambah darah dengan komitmen remaja putri mengkonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMK Kesehatan Bali Dewata

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian diatas, maka adapun saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut :

1. Kepada pihak guru dapat membantu mendukung siswi dalam mengkonsumsi tablet tambah darah yaitu dengan pembuatan program minum tablet tambah darah bersama di satu hari tertentu yang telah disepakati.
2. Bagi remaja putri agar lebih patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah sehingga dapat berguna untuk remaja putri tersebut dengan mengkonsumsi 1 tablet per minggu dan 1 tablet setiap hari saat menstruasi serta menambah

wawasan terkait dampak tidak patuh mengkonsumsi tablet tambah darah, efek samping tablet tambah darah, sumber makanan tinggi zat besi serta tata cara mengkonsumsi tablet tambah darah.

3. Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian serupa diharapkan dapat menambahkan variabel lain yaitu status anemia