

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *kahoot* terhadap efikasi diri remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah di SMP Negeri 3 Denpasar dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Efikasi diri remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media *Kahoot* berada pada kategori rendah sejumlah 19 orang (57,6%). Hal ini menunjukkan bahwa banyak remaja putri yang kurang percaya diri dalam kemampuan mereka untuk mengkonsumsi tablet tambah darah, yang dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan pemahaman tentang pentingnya TTD.
2. Efikasi diri remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media *Kahoot* berada pada kategori tinggi sejumlah 27 orang (81,8%). Hal ini menunjukkan bahwa media interaktif seperti *Kahoot* terbukti menarik dan efektif dalam meningkatkan efikasi diri serta pengetahuan remaja putri, karena pendekatan yang menyenangkan dan kompetitif mendorong remaja putri untuk lebih aktif terlibat dan memahami pentingnya konsumsi tablet tambah darah.
3. Hasil analisis menggunakan uji *Mann Whitney* menunjukkan nilai *p-value* $0,000 < 0,05$, maka dapat dinyatakan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak. Hal ini berarti bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *kahoot* terhadap efikasi diri remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Peningkatan efikasi diri dapat dihubungkan dengan peningkatan pengetahuan

yang diperoleh, yang dapat memotivasi dan mengubah perilaku remaja putri untuk lebih aktif dalam menjaga kesehatan.

B. Saran

Mengacu pada penelitian yang dilakukan, ada beberapa saran yang peneliti sampaikan diantaranya sebagai berikut :

1. Bagi kepala sekolah SMP Negeri 3 Denpasar

Berdasarkan penelitian ini, SMP Negeri 3 Denpasar disarankan untuk mengintegrasikan program pendidikan kesehatan tentang anemia dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah (TTD) ke dalam kegiatan rutin di sekolah melalui kerja sama dengan pihak Puskesmas I Denpasar Utara dalam bentuk penyuluhan berkala untuk meningkatkan daya tarik dan pemahaman remaja putri.

2. Bagi kepala Puskesmas I Denpasar Utara

Puskesmas disarankan untuk rutin melakukan penyuluhan tentang anemia dan pentingnya Tablet Tambah Darah (TTD) di sekolah, khususnya bagi remaja putri. Kegiatan ini penting untuk meningkatkan pengetahuan dan mencegah anemia sejak dini pada kelompok yang rentan.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan menggunakan variabel lain selain efikasi diri, seperti perilaku atau kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Hal ini bertujuan untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif terkait efektivitas intervensi pendidikan kesehatan, serta untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan dan efikasi diri benar-benar diterapkan dalam tindakan nyata.