

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Karakteristik responden didapatkan semua responden sebanyak 58 remaja (100%) adalah remaja usia 15 – 17 tahun, Berdasarkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, mayoritas responden tidak patuh mengkonsumsi tablet tambah darah sebanyak 45 responden (77,6%) dan sisanya patuh konsumsi tablet tambah darah sebanyak 13 responden (22,4%). Berdasarkan riwayat anemia, mayoritas sebanyak 54 responden (93,1%) tidak memiliki riwayat anemia. Berdasarkan riwayat cacangan, mayoritas sebanyak 57 responden (98,3%) tidak memiliki riwayat cacangan.
2. Siklus menstruasi siswi remaja SMA Negeri 1 Godean dari 58 responden yang diteliti mayoritas remaja putri memiliki siklus menstruasi normal yaitu sebanyak 49 responden (84,5%).
3. Gejala anemia siswi remaja SMA Negeri 1 Godean dari 58 responden yang diteliti mayoritas tidak memiliki tanda dan gejala anemia yaitu sebanyak 46 responden (79,3%).
4. Berdasarkan hasil dari uji *somers'd* diketahui bahwa ada hubungan antara siklus menstruasi dengan gejala anemia pada remaja putri kelas X SMA Negeri 1 Godean Yogyakarta dengan nilai p-value sebesar 0,011 ($p < 0,05$) dan $r = 0,435$

B. Saran

1. Saran untuk remaja putri

Bagi remaja putri diharapkan dapat memperhatikan terkait tanda dan gejala anemia serta memperhatikan siklus menstruasinya. Diharapkan juga remaja putri rutin dan patuh mengonsumsi tablet tambah darah yang telah diberikan oleh tenaga kesehatan puskesmas untuk mengatasi tanda dan gejala anemia.

2. Bagi peneliti

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi terbaru terkait hubungan antara siklus menstruasi dan gejala anemia pada remaja putri. Selain itu, disarankan agar penelitian selanjutnya dilakukan dengan jumlah sampel yang lebih besar dan dilokasi yang berbeda, sehingga hasilnya dapat lebih mudah digeneralisasikan.

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan penelitian ini dapat ditindak lanjuti dengan memberikan edukasi kesehatan berupa penyuluhan kepada masyarakat terutama pada remaja putri. Edukasi tersebut diharapkan dapat memberikan informasi lebih detail mengenai cara mencegah anemia pada remaja putri, mengenali tanda dan gejala anemia, pentingnya kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah, serta cara yang tepat untuk menghitung siklus menstruasi.

4. Bagi lingkungan sekolah

Bagi lingkungan sekolah atau guru - guru dapat mengedukasi secara singkat tentang kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah, serta guru juga dapat mengadakan program minum tablet tambah darah secara bersama di kelas masing - masing dan di pantau oleh guru atau pihak osis untuk meningkatkan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah, guru juga dapat mengajarkan siswinya cara menghitung siklus menstruasi dengan benar setiap bulannya.