

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di SMA Negeri 1 Tegal yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat pengetahuan tentang zat besi dalam pencegahan anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Tegal dengan kategori baik sebanyak 30 responden (60%) dan kategori cukup sebanyak 20 responden (40%).
2. Tindakan penggunaan zat besi pada remaja putri dalam pencegahan anemia di SMA Negeri 1 Tegal yang berupa tablet zat besi dan sumber makanan yang mengandung zat besi tergolong kategori baik sebanyak 33 orang (66%) dan kategori tidak baik sebanyak 17 responden (34%).
3. Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap tindakan penggunaan zat besi dalam pencegahan anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Tegal dapat dilihat dari pengujian *chi-square* yang menunjukkan hubungan secara signifikan dengan nilai $p\text{-value } 0,002 < 0,05$.

5.2 Saran

1. Bagi siswi kelas XI, diharapkan dapat mempertahankan serta meningkatkan tingkat pengetahuan dan tindakan yang baik terkait penggunaan zat besi melalui upaya sumber informasi yang berkelanjutan dan penerapan dalam kehidupan sehari-hari guna mendukung pencegahan anemia.

2. Bagi pihak sekolah, diharapkan dapat mempertahankan dan mengoptimalkan program pembagian zat besi yang disertai dengan edukasi berkelanjutan serta pemantauan secara rutin sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja putri.
3. Pada penelitian ini, peneliti menyadari akan keterbatasan yang dialami, oleh karena itu penelitian menyarankan adanya pengembangan pada penelitian selanjutnya untuk meneruskan penelitian ini dengan melakukan penelitian yang lebih mendalam mengenai pengetahuan terhadap tindakan dalam penggunaan zat besi dengan cakupan yang lebih luas dan jumlah sampel yang lebih banyak sehingga diperoleh jumlah yang seimbang.