

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Hasil penelitian yang dilakukan di Desa Joton, Kecamatan Jogonalan, Kabupaten Klaten, mengenai gambaran kadar hemoglobin pada remaja putri usia 10–19 tahun, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Rerata usia responden remaja putri di Desa Joton adalah 14 tahun standar deviasi 2.314, pada katagori pekerjaan orang tua tertinggi sebagai buruh sebanyak 46 remaja putri (63%), pada katagori jenjang pendidikan tertinggi sedang menempuh Pendidikan SMP sebanyak 32 remaja putri (43,8%), pada katagori Indeks Massa Tubuh (IMT) tertinggi normal sebanyak 46 remaja putri (63%).
2. Gambaran kejadian anemia pada remaja putri di Desa Joton, Jogonalan, Klaten tertinggi normal atau tidak anemia sebanyak 39 remaja putri (53,4%)..

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil dan kesimpulan penelitian, peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Puskesmas

Melakukan pemantauan rutin kadar hemoglobin remaja putri, terutama yang berada dalam kategori berat badan kurang dan yang mengalami anemia ringan hingga sedang dan menyelenggarakan edukasi kesehatan reproduksi dan gizi remaja secara berkala melalui posyandu remaja atau penyuluhan massal berbasis komunitas.

2. Bagi Masyarakat (Orang Tua dan Keluarga)

Meningkatkan perhatian terhadap asupan gizi anak remaja putri, khususnya makanan tinggi zat besi seperti sayuran hijau, hati, telur, dan ikan serta mendukung keterlibatan anak dalam

kegiatan kesehatan, seperti pemeriksaan Hb, konsumsi TTD, dan mengikuti penyuluhan dari petugas puskesmas atau sekolah.

1. Bagi Remaja Putri

Meningkatkan kesadaran akan pentingnya asupan zat besi dan nutrisi seimbang untuk menunjang pertumbuhan dan kesehatan reproduksi, selain itu menjaga pola makan, tidur, dan aktivitas fisik yang sehat untuk mendukung pertumbuhan dan mencegah anemia.

2. Bagi Perawat

Berperan aktif sebagai edukator dan fasilitator kesehatan remaja, baik melalui layanan di puskesmas maupun kegiatan luar gedung (penyuluhan ke sekolah dan masyarakat).

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk menambahkan variabel lain yang dapat memengaruhi kadar hemoglobin, seperti pola makan, riwayat menstruasi, konsumsi suplemen zat besi, aktivitas fisik, serta tingkat pengetahuan gizi, guna memperoleh hasil yang lebih komprehensif dan mendalam.