

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Kesimpulan berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan literasi gizi, kepatuhan konsumsi tablet Fe, dukungan teman sebaya, dan kebiasaan minum teh dengan kejadian anemia pada remaja putri SMA Swasta Adiguna Bandar Lampung :

1. Prevalensi kejadian anemia menunjukkan masih tergolong tinggi setengah lebih dari jumlah responden sebanyak 33 (56,9%).
2. Proporsi literasi gizi kurang yang mengalami kejadian anemia sebanyak 33 (56,9%) responden.
3. Proporsi kepatuhan konsumsi tablet Fe tergolong tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe sebanyak 24 (41,4%) responden.
4. Proporsi dukungan teman sebaya yang mendukung dan tidak mendapat dukungan sebanyak 29 (50,0%) responden, jumlah ini sama besar dengan berada dalam kategori tidak mendukung maupaun mendukung.
5. Proporsi kebiasaan minum teh mayoritas tergolong tidak baik sebanyak 37 (63,8%) responden.
6. Terdapat hubungan yang signifikan antara literasi gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri (*p-value* 0,013) dan nilai (*POR*) =4,688.
7. Terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi tablet fe dengan kejadian anemia pada remaja putri (*p-value* 0,005) dan nilai (*POR*) =6,154.
8. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kejadian anemia pada remaja putri (*p-value* 0,034) dan nilai (*POR*) =3,719.
9. Terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan minum teh dengan kejadian anemia pada remaja putri (*p-value* 0,001) dan nilai (*POR*) =8,400.

B. Saran

1. SMA Swasta Adiguna Bandar Lampung

Diharapkan pihak sekolah dapat lebih aktif dalam memberikan edukasi mengenai pentingnya literasi gizi, kepatuhan konsumsi tablet Fe secara teratur, dan dampak kebiasaan minum teh terhadap kesehatan. Selain itu, pembentukan kelompok sebaya pendukung (*peer educator*) dapat membantu meningkatkan kesadaran remaja putri terhadap pencegahan anemia.

2. Bagi Prodi Kebidanan Metro

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan edukasi dan intervensi kesehatan masyarakat berbasis sekolah, khususnya dalam promosi gizi remaja dan pencegahan anemia. Diharapkan juga menjadi dasar dalam pengembangan kurikulum berbasis *community empowerment*.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan rujukan dalam menyusun penelitian lanjutan dengan variabel tambahan seperti pola makan, status ekonomi, atau faktor hormonal. Disarankan untuk menggunakan desain penelitian longitudinal agar memperoleh gambaran lebih mendalam terhadap hubungan kausal kejadian anemia.