

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai determinan anemia pada remaja putri usia 13-17 tahun di SMA Negeri 6 Depok dan SMA Negeri 9 Depok Tahun 2026, maka dapat disimpulkan sebagai berikut.

- a. Sebanyak 78 partisipan (37,3%) mengalami anemia, sedangkan 131 partisipan (62,7%) tidak mengalami anemia.
- b. Mayoritas partisipan memiliki kualitas tidur yang buruk (64,6%).
- c. Mayoritas partisipan memiliki konsumsi pangan yang beragam (75,6%).
- d. Mayoritas partisipan memiliki kepatuhan minum TTD yang rendah (85,2%).
- e. Mayoritas partisipan memiliki konsumsi *enhancer* yang jarang (87,6%) dan konsumsi *inhibitor* yang jarang (93,3%).
- f. Hasil uji Chi-Square menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara kualitas tidur dengan kejadian anemia pada remaja putri ($p=0,476$).
- g. Hasil uji Chi-Square menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara keanekaragaman pangan dengan kejadian anemia pada remaja putri ($p<0,001$).
- h. Hasil uji Chi-Square menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kepatuhan untuk minum Tablet Tambah Darah (TTD) dengan kejadian anemia pada remaja putri ($p=0,001$).
- i. Hasil uji Chi-Square menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi *enhancer* zat besi ($p=0,153$) dan konsumsi *inhibitor* zat besi ($p=0,657$) dengan kejadian anemia pada remaja putri.
- j. Berdasarkan hasil penelitian, determinan yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri dalam penelitian ini adalah keanekaragaman pangan dan kepatuhan minum TTD. Berdasarkan nilai OR (Exp(B)) dengan uji regresi logistik berganda, kepatuhan minum TTD

merupakan determinan yang paling dominan berkesinambungan dengan kejadian anemia, karena memiliki nilai OR paling besar dibandingkan keberagaman pangan (9,192).

V.2 Saran

a. Bagi Partisipan

Remaja putri diinginkan mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin sesuai anjuran, misalnya dengan membuat pengingat di *handphone* atau menyesuaikan jadwal konsumsi dengan hari pemberian TTD di sekolah. Selain itu, remaja yang telah memiliki pola makan beragam diinginkan mempertahankan kebiasaan itu, sedangkan remaja dengan keberagaman pangan yang masih kurang diinginkan membiasakan menerapkan pedoman Isi Piringku.

b. Bagi Masyarakat/Institusi/Instansi

Sekolah diinginkan mengembangkan program pemantauan konsumsi TTD melalui Unit Kesehatan Sekolah (UKS), dengan pencatatan kepatuhan untuk minum setiap minggu, serta memanfaatkan media digital seperti Instagram sekolah, WhatsApp, atau video edukasi singkat untuk meningkatkan pengetahuan mengenai konsumsi TTD.

c. Bagi Periset Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau kohort agar kesinambungan sebab-akibat antar variabel dapat dijelaskan dengan lebih baik. Selain itu, diperlukan penggunaan instrumen yang lebih komprehensif dan tervalidasi untuk menilai konsumsi *enhancer* dan *inhibitor* zat besi, penambahan biomarker status besi seperti kadar feritin serum, serta memasukkan faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi kejadian anemia, seperti pola siklus mens, penyakit infeksi, aktivitas fisik, status sosial ekonomi, tingkat pengetahuan gizi, dan status inflamasi. Penelitian dengan cakupan wilayah yang lebih luas juga diperlukan agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih baik.