

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil Penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, maka Kesimpulan dalam Penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1) Nilai pretest sebesar 6 menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri sebelum penyuluhan memiliki pemahaman yang kurang memadai tentang langkah-langkah pencegahan anemia.
- 2) Nilai posttest sebesar 13 menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri kini memiliki pemahaman yang baik tentang pencegahan anemia, menandakan keberhasilan penyuluhan dalam memperbaiki pengetahuan mereka secara substansial.
- 3) Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,00, yang lebih kecil dari 0,05. Ini berarti terdapat pengaruh signifikan dari pemberian penyuluhan gizi terhadap peningkatan tingkat pengetahuan remaja putri dalam mencegah anemia di Posyandu Remaja, menegaskan keberhasilan intervensi dalam meningkatkan pemahaman mereka.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang dapat dipertimbangkan untuk meningkatkan efektivitas program pencegahan anemia dan memperluas dampaknya:

- 1) Bagi Posyandu: Posyandu disarankan untuk melanjutkan dan memperluas program penyuluhan gizi dengan melibatkan berbagai metode edukasi yang interaktif dan berkelanjutan. Mengingat keberhasilan penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia. Posyandu dapat meningkatkan frekuensi penyuluhan, memperkenalkan topik-topik tambahan tentang kesehatan, dan melibatkan lebih banyak tenaga medis atau ahli gizi untuk memberikan informasi yang lebih mendalam dan relevan.
- 2) Bagi Remaja: Remaja disarankan untuk aktif mengikuti penyuluhan dan menggunakan pengetahuan yang diperoleh untuk menerapkan pola makan sehat dan pencegahan anemia dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, mereka dapat memanfaatkan informasi yang diberikan untuk berbagi dengan teman dan keluarga.
- 3) Bagi Peneliti Selanjutnya: Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan studi dengan desain yang lebih kokoh, seperti menggunakan kelompok kontrol atau penelitian longitudinal untuk mengevaluasi efek jangka panjang dari penyuluhan.

