

BAB V. PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Responden dari pelatihan ini sebagian besar berjenis kelamin perempuan (68,3%), berusia 16 tahun (53,7%), sudah terpapar informasi mengenai gizi dan anemia (73,2%) terakhir kali pada ≥ 6 bulan yang lalu (56,6%), memiliki latar belakang orang tua berpendidikan tinggi (ayah 82,9% dan ibu 65,9%), dan pendapatan keluarga diatas UMK Banyumas (78%).
2. Skor pengetahuan responden mengenai pencegahan anemia defisiensi besi sebelum pelatihan dengan permainan kartu kuartet dan metode *numbered heads together* yaitu 3 (min); 7 (median); dan 11 (maks), sedangkan skor setelahnya yaitu 4 (min); 11 (median); dan 15 (maks).
3. Skor sikap responden mengenai pencegahan anemia defisiensi besi sebelum pelatihan dengan permainan kartu kuartet dan metode *numbered heads together* diketahui memiliki rata-rata yaitu $47,51 \pm 3,85$, sedangkan rata-rata skor setelahnya yaitu $50 \pm 4,82$.
4. Terdapat perbedaan pengetahuan responden mengenai pencegahan anemia defisiensi besi sebelum dan setelah pelatihan dengan permainan kartu kuartet dan metode *numbered heads together* ($p \text{ value} = 0,000$).
5. Terdapat perbedaan sikap responden mengenai pencegahan anemia defisiensi besi sebelum dan setelah pelatihan dengan permainan kartu kuartet dan metode *numbered heads together* ($p \text{ value} = 0,001$).

B. Saran

1. Bagi Anggota PMR

Anggota PMR yang menjadi peserta pelatihan ini diharapkan mampu menerapkan perilaku pencegahan anemia defisiensi besi bagi diri sendiri dan mengajak orang lain di sekitarnya. PMR selanjutnya dapat membentuk tutor sebaya gizi serta melakukan kegiatan penyebarluasan informasi dan peningkatan kesadaran mengenai pencegahan anemia defisiensi besi kepada teman-teman non-PMR lainnya. Permainan kartu kuartet pada penelitian ini juga dapat diterapkan dalam agenda rekrutmen anggota baru atau re-organisasi kepengurusan baru sebagai media untuk menjalin keakraban.

2. Bagi Sekolah

Sekolah dapat mendukung dan memfasilitasi upaya pencegahan anemia defisiensi besi yang diinisiasi oleh PMR dengan menyediakan media dan ruang penyebaran informasi, seperti akses pada mading sekolah dan media sosial sekolah serta pelaksanaan edukasi bagi siswa yang mengalami anemia.

3. Bagi Institusi

Hasil penelitian dapat menjadi pustaka baru mengenai edukasi gizi tentang anemia defisiensi besi melalui permainan kartu kuartet dan metode *numbered heads together* terhadap pengetahuan dan sikap remaja serta menjadi referensi untuk penelitian berikutnya.

4. Bagi Peneliti Lainnya

- a. Sebelum pelaksanaan intervensi berupa edukasi kesehatan kepada remaja/pelajar bisa melakukan survey gaya belajar terlebih dahulu untuk dapat menentukan metode yang lebih sesuai dan mendukung pemahaman responden yang lebih maksimal.
- b. Penentuan jadwal pelaksanaan penelitian menyesuaikan agenda sekolah dan diusahakan tidak mendekati pelaksanaan ujian akhir semester maupun kegiatan *classmeeting*.
- c. Penelitian selanjutnya dapat memodifikasi kembali kuesioner pada penelitian ini dengan memperbaiki pertanyaan yang tidak valid.
- d. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan mengikutsertakan langsung anggota PMR sebagai tutor sebaya remaja yang mengalami anemia untuk dapat mempengaruhi perubahan perilaku makan menjadi lebih baik.