

BAB 6: KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

1. Rata-rata kadar Hb remaja putri SMAN 2 Sijunjung adalah 11,10 g/dl, asupan vitamin C 149 mg, dengan tingkat konsumsi tablet fe 29,5 % dan sebanyak 78,7 % remaja putri memiliki siklus menstruasi normal.
2. Terdapat hubungan bermakna antara asupan vitamin C dengan kadar Hb remaja putri di SMAN 2 Sijunjung Kabupaten Sijunjung tahun 2017.
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan tablet Fe dengan kadar Hb remaja putri di SMAN 2 Sijunjung Kabupaten Sijunjung tahun 2017.
4. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara siklus menstruasi dengan kadar Hb remaja putri di SMAN 2 Sijunjung Kabupaten Sijunjung tahun 2017.

6.2 Saran

1. Bagi Peneliti

Pada peneliti selanjutnya, peneliti mengharapkan adanya penelitian lebih lanjut untuk mendapatkan informasi yang lebih mendalam mengenai hubungan asupan vitamin C, asupan tablet Fe dan siklus menstruasi dengan kadar hemoglobin remaja putri dengan jumlah sampel yang lebih besar dan variabel yang lebih bervariasi di SMAN 2 Sijunjung Kabupaten Sijunjung.

2. Bagi Institusi

Sekolah melalui kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) diharapkan bisa bekerja sama dengan Puskesmas dalam hal pencegahan anemia pada remaja putri, melalui peningkatan konsumsi vitamin C, pengawasan konsumsi tablet Fe

serta penyuluhan mengenai penyebab terjadinya anemia sehingga timbul kesadaran dari remaja putri untuk memperhatikan asupan untuk pencegahan anemia.

3. Bagi Siswi

Remaja putri diharapkan meningkatkan makanan tinggi vitamin C dan patuh mengkonsumsi tablet Fe, sehingga tidak terjadi peningkatan prevalensi anemia di SMAN 2 Sijunjung.

