

BAB VII

PENUTUP

7.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 7 Kota Padang tentang hubungan pola menstruasi dengan kadar Hemoglobin dapat diambil kesimpulan bahwa:

- 1) Berdasarkan hasil diketahui distribusi frekuensi terjadinya anemia cukup sering terjadi pada responden.
- 2) Berdasarkan hasil diketahui bahwa distribusi frekuensi siklus menstruasi sebagian besar responden memiliki siklus menstruasi yang normal.
- 3) Berdasarkan hasil diketahui bahwa distribusi frekuensi durasi menstruasi sebagian besar responden memiliki durasi menstruasi yang normal.
- 4) Berdasarkan hasil diketahui bahwa distribusi frekuensi jumlah darah menstruasi hampir setengah responden memiliki jumlah darah menstruasi yang tidak normal.
- 5) Berdasarkan hasil tidak ditemukan adanya hubungan yang *signifikan* antara siklus menstruasi dan kejadian anemia dalam penelitian ini.
- 6) Berdasarkan hasil terdapat hubungan yang *signifikan* antara durasi menstruasi dan kejadian anemia dalam penelitian ini.
- 7) Berdasarkan hasil terdapat hubungan yang *signifikan* antara jumlah darah menstruasi dan kejadian anemia dalam penelitian ini.

7.2. Saran

- 1) Bagi Tenaga Kesehatan, untuk meningkatkan penyuluhan kesehatan kepada kalangan remaja putri khususnya kesiapan remaja untuk menghadapi masa menstruasi dan penyuluhan secara langsung tentang dampak anemia terhadap remaja putri, agar remaja putri tersebut peduli dengan keadaan dirinya.
- 2) Bagi SMA Negeri 7 Padang, diharapkan agar bisa meningkatkan pemahaman remaja putri tentang menstruasi serta faktor-faktor yang

mempengaruhi baik melalui seminar-seminar disekolah atau mengikuti kegiatan yang diselenggarakan oleh pemerintah.

- 3) Bagi remaja putri yang mengalami anemia pada saat menstruasi diharapkan agar bersedia mengkonsumsi tablet tambah darah (Fe) ketika dalam masa menstruasi, supaya terhindar dari kejadian anemia yang dapat mengganggu konsentrasi belajarnya. Serta mengkonsumsi makanan yang dapat mencegah anemia seperti daging sapi, hati, kacang-kacangan dan sayur-sayuran.
- 4) Bagi peneliti selanjutnya, adanya hasil penelitian ini maka peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih banyak lagi variabel yang tidak diteliti oleh peneliti tentang sumber informasi yang berkaitan dengan kejadian anemia pada remaja putri dimana pada penelitian ini belum bisa membuktikan adanya hubungan siklus menstruasi dengan kejadian anemia.

