

BAB VII

KESIMPULAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan kesimpulan bahwa:

1. Rerata kadar Hb sebelum pada kelompok kontrol adalah $11,39 \pm 0,32$ gr/dL dan rerata kadar Hb sesudah adalah $11,82 \pm 0,35$ gr/dL dengan selisih kenaikan $0,4$ gr/dL.
2. Rerata kadar Hb sebelum pada kelompok perlakuan adalah $11,10 \pm 0,55$ gr/dL dan rerata kadar Hb sesudah adalah $12,10 \pm 0,47$ gr/dL dengan selisih kenaikan 1 gr/dL.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata kadar Hb pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan (p value = $0,000$) dimana terdapat pengaruh pemberian tablet Fe ditambah jeruk manis terhadap peningkatan kadar Hb pada remaja anemia.

7.2 Saran

7.2.1 Bagi Remaja Putri Anemia

Remaja putri yang mengalami anemia hendaknya mengonsumsi tablet Fe yang diberikan oleh puskesmas secara teratur dan meningkatkan asupan kaya vitamin C seperti jeruk untuk membantu penyerapan zat besi sehingga kadar Hb meningkat.

7.2.2 Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan diharapkan melanjutkan program pemberian tablet Fe secara rutin terutama yang terindikasi anemia serta melakukan edukasi tentang pentingnya asupan gizi serta cara pencegahan anemia kepada remaja putri.

Diharapkan juga untuk dapat melakukan pemeriksaan kesehatan rutin termasuk pemeriksaan kadar Hb untuk mendeteksi anemia sejak dini.

7.2.3 Bagi Pengembangan Penelitian

Untuk pengembangan penelitian diharapkan dapat melihat efektivitas intervensi lain seperti kombinasi tablet Fe dengan sumber vitamin C lain atau suplemen gizi lainnya untuk meningkatkan kadar Hb sehingga dapat mengatasi anemia pada remaja putri.

