

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Dari hasil karakteristik responden usia, kelas, dan kelompok intervensi di wilayah sekolah SMA Negeri 5 Palu terdapat pengaruh yang signifikan antara kelompok intervensi
2. Dari hasil gambaran peningkatan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian jus kurma bayam merah pada remaja putri anemia di SMA Negeri 5 Palu, didapatkan kelompok intervensi sesudah diberikan jus kurma bayam merah selama 14 hari berturut-turut terjadi peningkatan kadar hemoglobin bagi remaja putri anemia di SMA Negeri 5
3. Dari hasil analisis pengaruh jus kurma bayam merah terhadap peningkatan kadar hemoglobin menunjukkan ada pengaruh terhadap jus kurma bayam merah secara signifikan terhadap peningkatan kadar hemoglobin..

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan atau materi penyuluhan pada remaja putri serta dapat menambah bahan bacaan dan literatur tentang penanganan anemia remaja putri

2. Bagi Remaja Putri

Bagi remaja putri diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan pengetahuan terkait cara mengatasi anemia dengan melakukan mengkonsumsi jus kurma bayam merah agar dapat meningkatkan kadar hemoglobin.

3. Tempat Penelitian

Sebagai acuan mencegah masalah anemia pada remaja putri dalam hasil penelitian ini dengan anemia dapat memberikan jus kurma bayam merah sebagai salah satu alternative pencegahan anemia pada remaja putri

4. Bagi Penelitian

Bagi peneliti diharapkan penelitian selanjutnya dapat dijadikan sebagai bahan referensi yang akan melakukan penelitian yang sama agar dapat menambah inovasi-inovasi baru seperti dalam pengolahan kurma dan bayam merah untuk meningkatkan kadar hemoglobin atau dalam pemberiannya dapat dimodifikasi di ganti dengan bahan makanan lainnya yang dapat lebih meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah.