

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan, menunjukkan bahwa :

1. Sebanyak 81,97 siswi yang berada di SMAN 3 Palu memiliki kadar haemoglobin normal sebelum mengkonsumsi tablet Fe.
2. Sebanyak 86,89% siswi yang berada di SMAN 3 Palu memiliki kadar haemoglobin normal sesudah mengkonsumsi tablet Fe.
3. Terdapat pengaruh konsumsi tablet Fe selama menstruasi terhadap peningkatan kadar haemoglobin pada siswi SMAN 3 Palu.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian tentang efektivitas konsumsi tablet Fe selama menstruasi terhadap peningkatan kadar haemoglobin pada siswi SMAN 3 Palu, maka perlu kiranya:

1. Bagi SMAN 3 Palu

Diharapkan dapat digunakan oleh pihak SMAN 3 Palu dalam hal pengambilan langkah-langkah selanjutnya dalam upaya peningkatan kadar Hb bagi siswi yang sedang mengalami menstruasi, seperti meningkatkan kerja sama dengan pihak Puskesmas yang masuk dalam wilayah SMAN 3 Palu sehingga pihak puskesmas dalam memberikan informasi terkait pentingnya mengkonsumsi tablet Fe selama menstruasi dan informasi lainnya terkait menstruasi dan tablet Fe.

2. Bagi Siswi SMAN 3 Palu

Diharapkan remaja putri yang berada di SMAN 3 Palu dapat mengetahui besarnya manfaat pemberian tablet tambah darah sehingga dapat meningkatkan kadar Hb khususnya pada remaja putri yang sedang mengalami menstruasi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hal ini dapat dijadikan sebagai pembelajaran serta tambahan pengetahuan tentang efektivitas pemberian tablet tambah darah dengan

kadar Hb dan penelitian ini dapat dijadikan acuan atau referensi buat penelitian yang selanjutnya dengan variable yang berbeda.