

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Identifikasi karakteristik remaja putri di MTs Al-Ikhlas Sipayo adalah usia 14 tahun, kelas III, dan lama menstruasi tercepat 6, dan terlama 10 hari.
2. Identifikasi daya terima menunjukkan bahwa *cookies green spinach* memiliki daya terima yang baik pada aspek warna banyak responden memilih suka, aspek aroma banyak responden memilih sangat suka, serta aspek rasa yang banyak responden memilih sangat suka, Namun, terdapat pengaruh daya terima pada aspek tekstur dengan Sebagian responden memilih agak suka dan suka, yang masih perlu diperbaiki.
3. Analisis rata-rata kadar hemoglobin sebelum intervensi adalah 8,3 g/dL, dalam kategori anemia sedang, sementara rata-rata kadar hemoglobin setelah intervensi *cookies green spinach* adalah 12,00 g/dL, yang tergolong dalam kategori normal.
4. Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian *cookies green spinach* secara efektif dapat meningkatkan daya terima dan peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di MTs Al-Ikhlas Sipayo. Terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian *cookies green spinach* terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan p-value 0,000.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini perlu pengembangan lebih lanjut mengenai variasi pada bahan atau penambahan bahan lain yang dapat meningkatkan kualitas tekstur dan kelezatan *cookies green spinach*. Dan bagi peneliti selanjutnya dapat menjadikan penelitian ini sebagai tambahan informasi untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut tentang efektifitas pemberian *cookies green spinach* dengan memperhatikan tingkat penyerapan bioavailabilitas, uji organoleptik dan pola makan.