

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan pembahasan dari hasil penelitian tentang indeks massa tubuh dengan kadar hemoglobin di Puskesmas Tampaksiring Ii, maka dapat disimpulkan :

1. Pengukuran indeks massa tubuh pada remaja di Puskesmas Tampaksiring II, menunjukkan dari 40 responden sebagian besar termasuk kategori normal yaitu sebanyak 23 orang (58%).
2. Pengukuran kadar hemoglobin pada remaja di Pukesmas Tampaksiring II menunjukkan dari 40 responden, sebagian besar memiliki kadar hemoglobin normal yaitu sebanyak 27 orang (68%) dan hemoglobin rendah sebanyak 9 orang (22%).
3. Responden dengan kategori indeks massa tubuh normal memiliki kadar hemoglobin normal sebesar 51%, sedangkan responden dengan indeks massa tubuh kurus memiliki kadar hemoglobin rendah (17%)

B. Saran

1. Kepada masyarakat terutama para remaja sebaiknya mulai memperbaiki gaya hidup dan pola makan seperti selalu menjalankan pola hidup sehat dan memperhatikan asupan zat besi yang masuk ke dalam tubuh agar kebutuhan energi tidak menurun.

2. Kepada peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian mengenai hemoglobin dengan indeks massa tubuh dengan berbagai karakteristik yang berhubungan dengan menggunakan metode pemeriksaan standar seperti cyanmethemoglobin.
3. Kepada petugas puskesmas agar memberikan informasi atau penyuluhan kepada remaja mengenai kadar hemoglobin dan faktor-faktor yang dapat memicu terjadinya anemia, sehingga dapat menanggulangi meningkatnya kejadian anemia pada remaja.