

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian tentang Gambaran Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri di Banjar Tebongkang Desa Singakerta Kecamatan Ubud yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan karakteristik penelitian pada remaja putri di Banjar Tebongkang, pada kelompok usia didapatkan remaja putri dengan usia 15-18 tahun yaitu 63,3%, pada karakteristik asupan tablet tambah darah (TTD) ditemukan paling banyak remaja putri yang tidak mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) yaitu 63,3%, kemudian berdasarkan karakteristik konsumsi tablet tambah darah (TTD) ditemukan paling banyak pada remaja putri yang tidak patuh mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) yaitu 66,7%.
2. Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin pada remaja putri di Banjar Tebongkang menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini sebagian besar memiliki kadar hemoglobin normal yaitu 70,0%.
3. Kadar hemoglobin berdasarkan karakteristik penelitian yaitu pada kelompok usia ditemukan kadar hemoglobin normal paling banyak pada responden usia 15-18 tahun yaitu 43,3%, sedangkan kadar hemoglobin rendah yaitu 20,0%. Pada kelompok asupan tablet tambah darah (TTD) ditemukan kadar hemoglobin normal pada responden yang tidak mengonsumsi adalah 40,0%, dan ditemukan 23,3% yang memiliki kadar hemoglobin rendah. Pada kelompok konsumsi tablet tambah darah (TTD) ditemukan kadar hemoglobin normal pada responden yang

tidak patuh mengonsumsi yaitu 36,7%, sedangkan masih ditemukan 30,0% dengan kadar hemoglobin rendah.

B. Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian ini maka saran yang dapat disimpulkan oleh penulis yaitu:

1. Remaja putri diharapkan untuk menjaga kesehatannya dengan memperhatikan pola makan yang sehat, meningkatkan asupan besi baik dari makanan maupun konsumsi tablet tambah darah yang dapat memenuhi kebutuhan sesuai aturan yang dianjurkan oleh pemerintah untuk mencegah terjadinya kekurangan darah yang dapat mengakibatkan rendahnya kadar hemoglobin sebagai pemicu anemia.
2. Remaja putri diharapkan untuk melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin secara berkala agar dapat memonitoring kesehatan.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan metode pemeriksaan kadar hemoglobin lain seperti menggunakan sampel darah vena dengan metode yang *gold standar* agar mendapatkan hasil yang lebih akurat, serta pemahaman karakteristik seperti meneliti hubungan antara karakteristik kadar hemoglobin.