

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah menstruasi pada mahasiswa Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Kemenkes Denpasar dapat disimpulkan :

1. Karakteristik responden berdasarkan umur sebagian besar berada pada umur 19 Tahun (57,9%), berdasarkan siklus menstruasi sebagian besar memiliki siklus menstruasi >35 (52,6%), berdasarkan lama menstruasi sebagian besar memiliki lama menstruasi >7 hari (55,3%), berdasarkan aktivitas fisik sebagian besar memiliki aktivitas fisik ringan (89,5%) dan berdasarkan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebagian besar tidak patuh mengkonsumsi TTD (68,4%).
2. Hasil pengukuran kadar hemoglobin sebelum menstruasi memberikan hasil yang normal dengan rata-rata 13,3 g/dL, kadar tertinggi 15,6 g/dL dan terendah 10 g/dL. Sedangkan kadar hemoglobin sesudah menstruasi memberikan hasil yang rendah dengan rata-rata 11,2 g/dL, kadar tertinggi 14,6 g/dL dan terendah 8,2 g/dL.
3. Terdapat perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah menstruasi pada mahasiswa Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Kemenkes Denpasar.

B. Saran

1. Diharapkan kepada semua mahasiswi saat mengalami menstruasi dan dengan nilai kadar hemoglobin yang rendah agar memperhatikan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah sesuai aturan yang dianjurkan yaitu 1 tablet/minggu dan 1 tablet/hari ketika menstruasi. Hal ini dapat membantu program pemerintah untuk meminimalisir terjadinya anemia.