

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai Gambaran Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Petang mendapatkan simpulan sebagai berikut :

1. .Karakteristik responden konsumsi TTD di remaja putri tidak patuh mengkonsumsi TTD yaitu (57,8%). Lama menstruasi sebagian besar responden memiliki lama menstruasi yang normal (95,6%), Berdasarkan IMT sebagian besar responden memiliki berat badan yang normal (60,0%).
2. Kadar hemoglobin pada remaja putri, sebagian besar responden menunjukkan kadar hemoglobin dalam batas normal (71,1%).
3. Kadar hemoglobin pada remaja putri yang berdasarkan karakteristik dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kadar hemoglobin normal (84,2%). Berdasarkan lama menstruasi, responden juga memiliki kadar hemoglobin normal dengan lama menstruasi yang tergolong normal (69,8%). Sementara itu, jika dilihat dari karakteristik indeks massa tubuh (IMT), sebagian besar responden memiliki kadar hemoglobin normal dengan IMT yang juga berada dalam kategori normal (81,5%).

B. Saran

1. Untuk remaja putri yang memiliki kadar Hb rendah, normal dan tinggi sebaiknya tetap mengonsumsi TTD sesuai dengan ajuran pemerintah yaitu seminggu sekali dan makan makanan yang bergizi diiringi juga aktivitas fisik, olahraga yang rutin, kemudian selalu mengecek kadar Hb secara berkala untuk mengetahui kadar Hb rendah, normal ataupun tinggi.
2. Bagi masyarakat, terutama orang tua membantu mengawasi makanan dan konsumsi gizi yang masuk ke dalam tubuh remaja putri. Karena IMT yang kurang bisa menyebabkan anemia pada remaja putri karena kurang zat besi dalam tubuh remaja putri.