

BAB IV

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan antara durasi menstruasi dengan kadar hemoglobin pada mahasiswi Sarjana Terapan Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Kemenkes Denpasar dapat disimpulkan:

1. Karakteristik responden berdasarkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sebagian besar tidak patuh mengonsumsi tablet tambah darah.
2. Durasi menstruasi responden berada dalam rentang normal dengan rata-rata durasi menstruasi responden adalah $5,2 \pm 1,01$ hari dengan durasi menstruasi terlama 7 hari dan tersingkat 4 hari.
3. Hasil pengukuran kadar hemoglobin memberikan hasil yang normal dengan rata-rata kadar hemoglobin responden adalah $13,3 \pm 1,12$ g/dL, kadar hemoglobin tertinggi sebesar 15,0 g/dL, dan terendah sebesar 10,6 g/dL.
4. Terdapat hubungan antara durasi menstruasi dengan kadar hemoglobin pada mahasiswi ($0,005 < 0,01$) dengan arah hubungan negatif dan kekuatan hubungan sedang ($r = -0,505$).

B. Saran

Berdasarkan hasil dari yang telah dilakukan maka adapun saran yang dapat diberikan:

1. Penelitian selanjutnya disarankan untuk tidak hanya mengkaji durasi menstruasi, tetapi juga menganalisis faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi kadar hemoglobin, seperti jumlah kehilangan darah menstruasi, asupan gizi, status gizi, pola makan, kondisi kesehatan, serta faktor lingkungan

sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kadar hemoglobin.

2. Penelitian selanjutnya diharapkan melibatkan responden dengan karakteristik yang lebih beragam agar variasi data lebih luas dan hasil penelitian lebih representatif.
3. Peneliti menyarankan penggunaan desain penelitian selain *cross-sectional*, seperti *cohort* atau *longitudinal* sehingga sehingga perubahan kadar hemoglobin dan durasi menstruasi dapat diamati dalam periode waktu tertentu serta memberikan gambaran yang lebih baik mengenai hubungan temporal antara kedua variabel.