

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan penelitian ini yaitu:

1. Pada kelompok kontrol sebelum dilakukan intervensi sebagian besar anemia sedang terdapat 9 responden (56,3%), sedangkan kelompok perlakuan sebelum dilakukan intervensi sebagian besar anemia ringan dan anemia sedang masing-masing 8 responden (50%)
2. Pada kelompok kontrol setelah dilakukan intervensi Sebagian besar anemia ringan dan anemia sedang masing-masing 8 responden (50%) responden (68,8%), sedangkan kelompok intervensi sesudah perlakuan sebagian besar 11 responden (68,8%).
3. Pada hasil uji *t-test* menunjukkan nilai p (p-value) sebesar 0,000, yang terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian sari kacang hijau pada kelompok intervensi.

B. Saran

1. Bagi remaja putri di SMP Negeri 4 Gamping
Diharapkan remaja putri mengkonsumsi suplemen yang mengandung zat besi terutama saat menstruasi dan mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung zat yang mempercepat penyerapan zat besi seperti protein, vitamin C, vitamin B12, zink dan sari kacang hijau.
2. Bagi Guru di sekolah
Diharapkan dapat memberikan pendidikan gizi kepada remaja putri secara rutin dan melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin pada remaja putri secara berkala.
3. Bagi penelitian selanjutnya

Diharapkan waktu intervensi lebih lama agar didapatkan hasil yang lebih signifikan. Perlu dilakukan uji laboratorium terkait kadar protein, vitamin C, vitamin B12, zat besi dan zink pada sari kacang hijau. Perlu dilakukan pengontrolan terhadap zat penghambat absorpsi zat besi.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA