

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri MAN 1 Kulon Progo dapat disimpulkan sebagai berikut

1. Kadar hemoglobin sebelum pemberian sari kacang hijau pada kelompok intervensi yaitu $11,05 \pm 0,79$ gr/dl dan sesudah sebesar $12,03 \pm 0,98$ gr/dl.
2. Kadar hemoglobin sebelum pada kelompok kontrol yaitu $11,25 \pm 0,42$ gr/dl, dan sesudah sebesar $11,20 \pm 0,62$ gr/dl.
3. Ada pengaruh kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian sari kacang hijau pada kelompok intervensi yaitu *p-value* 0,025 yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi
4. Tidak ada pengaruh kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol yaitu *p-value* 0,836 yang artinya bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol.

B. Saran

1. Bagi universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di MAN 1 Kulon Progo. Hasil tersebut, dapat dijadikan sebagai referensi di bidang kesehatan. Khususnya mahasiswa kebidanan, yaitu dapat memberikan wawasan bahwa meningkatkan kadar hemoglobin darah pada penderita anemia defisiensi zat besi dapat menggunakan terapi nonfarmakologi dan dapat dijadikan sebagai tambahan pengetahuan serta sebagai tambahan sumber informasi di perpustakaan.

2. Bagi MAN 1 Kulon Progo

Disarankan agar instansi ini terus memberikan edukasi kepada siswi mengenai pentingnya mengonsumsi jenis makanan yang kaya akan zat besi untuk mencegah dan mengobati anemia, salah satunya dengan mengonsumsi sari kacang hijau.

3. Bagi responden

Diharapkan responden dapat sering melakukan terapi non-farmakologi yaitu dengan mengonsumsi sari kacang hijau sebagai pilihan untuk mengontrol atau meningkatkan kadar hemoglobin. Kemudian dari hasil riset ini juga bisa dijadikan pedoman bagi seluruh pelajar di MAN 1 Kulon Progo bagi yang anemia ataupun tidak anemia sebagai upaya pencegahan dan pengobatan anemia.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Pada peneliti selanjutnya, diharapkan dapat dilakukan penelitian terkait yang lebih luas dan berkembang. Misalnya, membandingkan pengaruh sari kacang hijau dengan bahan makanan lain, mengontrol secara lebih detail asupan dan aktivitas responden, serta menguji zat-zat lain selain zat besi yang terkandung dalam sari kacang hijau. Dengan demikian, penelitian selanjutnya dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai potensi sari kacang hijau dalam meningkatkan kadar hemoglobin dan juga mengenai faktor-faktor lain yang mempengaruhi kondisi tersebut.