

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan pembahasan yang berjudul “Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah (*Psidium Guajava L.*) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Di SMA N 1 Kasihan Tahun 2023”, maka penulis memiliki beberapa simpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden sebagai berikut, siklus menstruasi mayoritas responden adalah normal (78,1%), pola konsumsi tablet Fe mayoritas responden adalah tidak mengkonsumsi (100%), dan pola konsumsi teh mayoritas responden adalah tidak mengkonsumsi (68,8%).
2. Pada saat pre-test, mayoritas responden kelompok intervensi adalah anemia ringan (100%) dengan rerata 11,27.
3. Pada saat post-test, mayoritas responden kelompok intervensi adalah normal (87,5%) dengan rerata 12,36.
4. Ada pengaruh pemberian jus jambu biji merah (*Psidium Guajava L.*) terhadap peningkatan kadar hemoglobin remaja.

## B. Saran

### 1. Bagi responden

Diharapkan bagi siswi agar meningkatkan pengetahuan dan tidak mengabaikan terjadinya anemia, serta mencegah anemia dengan cara mengkonsumsi jus jambu biji merah (*Psidium Guajava L.*) yang dapat mempengaruhi kadar hemoglobin.

### 2. Bagi SMA N 1 Kasihan

Diharapkan bagi sekolah agar meningkatkan edukasi mengenai gizi dan anemia, serta tetap bekerjasama dengan puskesmas setempat dalam pemberian edukasi maupun perlakuan lainnya.

### 3. Bagi Universitas Jenderal Achmad Yani

Diharapkan bagi Universitas Jenderal Achmad Yani agar nantinya menjadikan skripsi ini sebagai tambahan literatur di perpustakaan.

### 4. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi atau dasar dalam pengembangan penelitian berikutnya, seperti mencari tahu bagaimana perspektif remaja mengenai konsumsi jus jambu biji merah (*Psidium Guajava L.*) terhadap tingkat kejadian anemia.