

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian tentang Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri Anemia di SMA Negeri 1 Pleret Bantul Yogyakarta menyimpulkan bahwa.

1. Diketahui kadar hemoglobin darah sebelum diberikan sari kurma nilai rata-rata 11,213gr/dl, nilai minimal 9,5gr/dl, nilai maksimal 11,7gr/dl pada remaja putri anemia di SMA Negeri 1 Pleret Bantul.
2. Diketahui kadar hemoglobin darah sesudah diberikan sari kurma nilai rata-rata 12,775gr/dl, nilai minimal 14,0gr/dl, nilai maksimal 15,4gr/dl pada remaja putri anemia di SMA Negeri 1 Pleret Bantul.
3. Adanya pengaruh signifikan dari konsumsi sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin selama 11 hari pada remaja putri anemia di SMA Negeri 1 Pleret Bantul Yogyakarta dengan nilai *p-value* 0,000.

B. Saran

1. Bagi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Pada penelitian ini hendaknya dapat digunakan sebagai data, informasi, dan pengetahuan yang dapat diaplikasikan terutama pada remaja putri agar terhindar dari anemia dimasa pertumbuhan dan perkembangan.

2. Bagi Remaja Putri kelas XI di SMA Negeri 1 Pleret Bantul

Pada penelitian ini hendaknya dapat digunakan sebagai sumber tambahan meningkatkan pengetahuan tentang pengaruh pemberian sari kurma dalam meningkatkan kadar hemoglobin remaja putri sehingga remaja dapat memperhatikan kesehatan dan terhindar dari anemia.

3. Bagi SMA Negeri 1 Pleret Bantul

Pada penelitian ini hendaknya dapat dipergunakan sebagai informasi bagi guru dan seluruh masyarakat di sekolah agar lebih memperhatikan keadaan dalam mengatasi masalah anemia pada siswi. Selain itu, dapat menyelenggarakan kegiatan edukasi upaya pencegahan anemia pada siswi di SMA Negeri 1 Pleret.

4. Bagi Peneliti selanjutnya

Pada penelitian ini hendaknya dapat digunakan sebagai referensi dan baiknya peneliti selanjutnya melakukan penelitian menggunakan faktor penyerta seperti status gizi, aktivitas fisik, dan kondisi kesehatan lainnya, melakukan penelitian dengan durasi yang lebih panjang untuk mengamati efek jangka panjang dari konsumsi sari kurma terhadap kadar hemoglobin.

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA