

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Temuan penelitian mengenai dampak pemberian sari kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta menghasilkan kesimpulan bahwa :

1. Kadar Kadar hemoglobin sebelum pemberian sari kacang hijau menunjukkan bahwa 9 responden (47,4%) remaja putri mengalami anemia ringan, sementara 10 responden (52,6%) mengalami anemia sedang.
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah mengonsumsi sari kacang hijau, ditemukan 57,9% remaja putri memiliki kadar hemoglobin normal, 31,6% mengalami anemia ringan, dan 10,5% mengalami anemia sedang
3. Temuan analisis menunjukkan adanya pengaruh terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta, baik sebelum maupun sesudah intervensi. Hal ini didukung dengan uji statistik dengan nilai p-value sebesar 0,000 yang kurang dari ambang batas signifikansi sebesar 0,05.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Peneliti di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta menemukan bahwa sari kacang hijau mempengaruhi kadar hemoglobin pada remaja putri. Oleh karena itu, Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta hendaknya memanfaatkan penelitian ini untuk memberikan masukan kepada mahasiswa kesehatan, khususnya mahasiswa kebidanan, mengenai terapi anemia nonfarmakologis yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin darah.

2. Bagi SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta

Minuman kacang hijau meningkatkan kadar hemoglobin darah remaja putri yang bersekolah di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta, menurut temuan penelitian. Disarankan bagi organisasi terkait untuk terus mempromosikan penggunaan sari kacang hijau di kalangan remaja putri sebagai upaya untuk meningkatkan kadar hemoglobin dan kesehatan mereka secara umum.

3. Bagi Remaja

Diharapkan peserta terus meminum sari kacang hijau sebagai alternatif pilihan terapi non-farmakologis agar dapat mengatur dan meningkatkan kadar hemoglobin secara efektif seiring berjalannya waktu.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk meningkatkan signifikansi temuan ini, disarankan agar para peneliti yang tertarik melakukan riset ini memperpanjang durasi pemberian minuman kacang hijau kepada peserta.

