

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil serta pembahasan mengenai pengaruh pemberian sari buah kurma terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia di SMA Negeri 32 Kabupaten Tangerang. Dapat disimpulkan sebagai berikut :

- 1) Kadar hemoglobin remaja putri pada kelompok intervensi sari kurma pre test didapatkan hasil sebesar 9,947 gr/dL dan pada post test sebesar 10,973 gr/dL. Ada kenaikan kadar hemoglobin remaja putri yang mengkonsumsi sari kurma, dengan selisih kenaikan sebesar 1,026 gr/dL. Dengan hasil tersebut didapatkan adanya pengaruh dalam pemberian sari kurma terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri dengan *P-Value* 0,000 dimana *P-Value* < 0,05
- 2) Kadar hemoglobin pada remaja putri kelompok kontrol buah kurma pre test didapatkan hasil sebesar 10,620 gr/dL dan pada post test sebesar 10,873 gr/dL. Dengan selisih kenaikan sebesar 0,253 gr/dL. Untuk itu, adanya perbedaan yang signifikan antara kadar hemoglobin pada remaja putri sebelum dan sesudah diberikan sari buah kurma dengan buah kurma sebesar *P-value* 0,000 > 0,05.
- 3) Ada perbedaan efektivitas pemberian sari kurma yang lebih tinggi dari buah kurma terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri dengan *P-Value* 0,000.

#### 5.2 Saran

##### 5.2.1 Bagi Remaja Putri

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi wawasan tambahan mengenai manfaat sari buah kurma terhadap kadar hemoglobin remaja putri dengan anemia, sehingga kejadian anemia dapat ditangani.

### **5.2.2 Bagi Instansi Terkait ( SMA Negeri 32 Kabupaten Tangerang)**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dalam kegiatan belajar mengajar, selain itu peneliti berharap penelitian ini menjadi salah satu bentuk upaya yang dilakukan sekolah untuk menangani anemia pada remaja putri

### **5.2.3 Bagi Peneliti**

Peneliti berharap agar penelitian ini dapat dilanjutkan dan dikembangkan sesuai dengan evidence based sehingga pemanfaatannya dapat dikembangkan.

