

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap remaja putri di SMAN

1 Buru Kepulauan Riau didapatkan hasil sebagai berikut :

- 1) Rata-rata kadar hemoglobin remaja putri sebelum diberikan teh daun kelor sebesar 10,867 gr/dL, sedangkan sesudah pemberian sebesar 11,858 gr/dL.
- 2) Rata-rata kadar hemoglobin remaja putri sebelum diberikan teh rosella sebesar 10,733 gr/dL, sedangkan sesudah pemberian sebesar 11,508 gr/dL.
- 3) Terdapat pengaruh pemberian teh daun kelor terhadap peningkatan kadar hemoglobin remaja putri ($p\text{-value } 0,000 < 0,05$).
- 4) Terdapat pengaruh pemberian teh rosella terhadap peningkatan kadar hemoglobin remaja putri ($p\text{-value } 0,001 < 0,05$).
- 5) Tidak ada perbedaan peningkatan kadar hemoglobin pada kelompok remaja putri yang konsumsi teh daun kelor dan teh rosella ($p\text{-value } 0,343 > 0,05$).

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti menyampaikan saran sebagai berikut :

5.2.1 Bagi Peneliti

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengambil tempat penelitian pada instansi lain sehingga bisa mendapatkan jenis dan jumlah populasi yang lebih beragam.

5.2.2 Bagi Instansi Pendidikan

Teh daun kelor dan reh rosella dapat menjadi salah satu upaya non farmakologis untuk meningkatkan kadar hemoglobin remaja putri, sehingga dapat dipertimbangkan untuk menanam tanaman tersebut pada pekarangan kebun TOGA (Tanaman Obat Keluarga) yang ada di sekolah.

5.2.3 Bagi Responden

Dapat memanfaatkan teh daun kelor dan teh rosella sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kadar hemoglobin. Daun kelor dan bunga rosella merupakan tanaman yang mudah untuk dibudidayakan, sehingga dapat ditanam disekitar pekarangan rumah agar lebih mudah didapatkan.

