

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang efektivitas pemberian kombinasi Tablet Fe, vitamin C, dan madu *Acacia crassicarpa* dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia di MTs Negeri 2 Jakarta, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Nilai rata-rata kadar hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia sebelum intervensi tercatat sebesar 10,510 g/dL. Setelah memperoleh intervensi selama 14 hari, rata-rata kadar hemoglobin tersebut meningkat menjadi 12,110 g/dL.
- 2) Terdapat perbedaan kadar hemoglobin pada remaja putri antara sebelum dan setelah pelaksanaan intervensi selama 14 hari. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan nilai rata-rata kadar hemoglobin pada pengukuran setelah intervensi dibandingkan dengan sebelum intervensi.
- 3) Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *paired sample t-test* menunjukkan nilai *p-value* < 0,05. Hal ini mengindikasikan bahwa intervensi yang diberikan berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Responden

Remaja putri diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kadar hemoglobin dengan rutin mengonsumsi Tablet Fe, vitamin C, dan madu sesuai anjuran. Kombinasi ini berpotensi mendukung penyerapan zat

besi dan proses pembentukan hemoglobin. Selain itu, responden disarankan menerapkan pola makan bergizi seimbang yang kaya zat besi sebagai bagian dari upaya pencegahan dan penanganan anemia.

5.2.2 Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan aktif mencegah anemia pada remaja putri dengan memberikan edukasi mengenai anemia, pentingnya zat besi, serta peran vitamin C dan madu dalam penyerapan zat besi. Selain itu, sekolah disarankan bekerja sama dengan puskesmas atau tenaga kesehatan untuk melaksanakan program suplementasi Tablet Fe dan pemeriksaan kadar hemoglobin secara rutin.

5.2.3 Bagi Bidan dan Tenaga Kesehatan

Bidan dan tenaga kesehatan diharapkan memberikan edukasi berkelanjutan kepada remaja putri tentang pentingnya pencegahan anemia, termasuk melalui konsumsi kombinasi Tablet Fe, vitamin C, dan madu sebagai alternatif pendukung. Selain itu, perlu dilakukan pemantauan kepatuhan penggunaan suplemen serta skrining kadar hemoglobin secara rutin agar anemia dapat dideteksi dan ditangani lebih awal.

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti disarankan menggunakan desain penelitian eksperimental yang lebih kuat dengan durasi intervensi lebih panjang agar efek perlakuan dapat diamati secara menyeluruh. Selain itu, penelitian selanjutnya perlu mengendalikan faktor-faktor yang dapat memengaruhi kadar hemoglobin, seperti pola makan, status gizi, dan tingkat aktivitas fisik. Perluasan jumlah sampel dan cakupan lokasi penelitian juga dianjurkan agar hasil dapat digeneralisasikan dengan lebih baik.