

BAB V

KESIMPULAN

A. Simpulan

Simpulan hasil dari penelitian tentang” pengaruh pemberian suplemen zat besi terhadap anemia pada remaja putri di Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang” diuraikan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin, hematokrit, dan eritrosit sebelum pemberian suplemen zat besi pada 30 remaja putri D-III dan Sarjana Terapan di Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang Tahun 2025, diketahui bahwa nilai rata-rata hemoglobin sebesar $11,14 \pm 0,72$ g/dL, hematokrit $33,73 \pm 2,77\%$, dan eritrosit $3,82 \pm 0,42$ juta/ μ L.
2. Berdasarkan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin, hematokrit, dan eritrosit setelah pemberian suplemen zat besi pada 30 remaja putri D-III dan Sarjana Terapan di Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang Tahun 2025, diperoleh rata-rata kadar hemoglobin sebesar $12,26 \pm 0,64$ g/dL, hematokrit $36,88 \pm 1,99\%$, dan eritrosit $4,40 \pm 0,41$ juta/ μ L.
3. Berdasarkan hasil uji ANOVA ternyata ada pengaruh pemberian suplemen zat besi terhadap anemia pada 30 remaja putri D-III dan Sarjana Terapan di Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang Tahun 2025, diperoleh nilai *p-value* kadar hemoglobin sebesar 0,000, hematokrit 0,003, dan eritrosit 0,015. Seluruh nilai $p < 0,05$, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara sebelum dan setelah pemberian suplemen zat besi.

B. Saran

1. Bagi Remaja Putri

Disarankan rutin mengonsumsi makanan bergizi seimbang dan memperbanyak asupan sumber zat besi seperti daging merah, hati, sayuran hijau, serta mengonsumsi vitamin C untuk meningkatkan penyerapan zat besi. Suplemen zat besi juga perlu dikonsumsi secara teratur sesuai anjuran tenaga kesehatan.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Perlu meningkatkan edukasi gizi, kampanye kesehatan, dan pemantauan rutin kadar hemoglobin mahasiswa untuk mencegah dan mendeteksi anemia lebih awal.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan memperluas jumlah sampel, memperpanjang waktu intervensi, serta menambahkan variabel lain seperti pola makan, status gizi, dan kebiasaan menstruasi agar hasil penelitian lebih komprehensif.