

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

1. Gambaran kadar *hemoglobin* pada wanita usia subur dengan anemia sebelum pemberian kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA) yaitu 30 responden dengan kadar Hb < 12 gr/dl, diantaranya 18 responden mengalami anemia ringan dan 12 responden mengalami anemia sedang. sedangkan sesudah pemberian kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA) yaitu 28 responden dengan kadar Hb > 12 gr/dl dan 2 responden dengan kadar Hb < 12 gr/dl mengalami anemia ringan.
2. Rata-rata kadar *hemoglobin* sebelum pemberian kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA) yaitu 11 gr/dl, dengan nilai minimum 9,5 gr/dl dan nilai maksimum 11,8 gr/dl.
3. Rata-rata kadar *hemoglobin* sesudah pemberian kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA) yaitu 12,8 gr/dl, dengan nilai minimum 11,8 gr/dl dan nilai maksimum 15,5 gr/dl.

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka disarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Bagi Wanita Usia Subur

Diharapkan dapat meningkatkan pemahaman yang lebih baik tentang cara mencegah anemia dan mampu memanfaatkan kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA) sebagai solusi alternatif untuk mengatasi anemia pada wanita usia subur.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan ini dapat menjadi salah satu alternatif asuhan komplementer berupa kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA) untuk peningkatan kadar *hemoglobin* pada wanita usia subur dengan anemia.

3. Bagi Desa Darmaraja

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan program desa dalam mengatasi anemia pada wanita usia subur.

4. Bagi Program Studi S1 Kebidanan

Diharapkan ini dapat menjadi sumber referensi yang bermanfaat bagi mahasiswa dalam memperdalam pengetahuan, khususnya mengenai terapi alternatif kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA) untuk mengatasi anemia pada wanita usia subur.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian mendatang sebaiknya memperpanjang durasi penelitian untuk mendapatkan data perbandingan yang lebih komprehensif terkait efektivitas pemberian kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA).