

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian mengenai Gambaran Kadar Hemoglobin Pada Perokok Aktif di Banjar Gambuh, Desa Selat, Kecamatan Sukasada, Kabupaten Buleleng dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik responden berdasarkan umur yang paling banyak menunjukkan bahwa 24 responden (57%) dengan kategori dewasa 26-45 tahun. Karakteristik berdasarkan jenis kelamin paling banyak yaitu laki-laki 40 responden (95%), Karakteristik berdasarkan jumlah merokok setiap hari yang paling banyak menunjukkan 32 responden (76%) pada kelompok ringan. Karakteristik berdasarkan lamanya merokok yang paling banyak menunjukkan 37 responden (88%) pada kelompok 5-10 tahun.
2. Kadar hemoglobin pada perokok aktif menunjukkan sebanyak 4 responden (9%) memiliki kadar hemoglobin rendah, sebanyak 34 responden (82%) memiliki kadar hemoglobin normal, dan sebanyak 4 responden (9 %) memiliki kadar hemoglobin tinggi.
3. Kadar hemoglobin berdasarkan kategori umur yaitu dewasa 26-45 tahun sebanyak 3 responden (12,5%) memiliki kadar hemoglobin tinggi, berdasarkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 4 responden (10%) memiliki kadar hemoglobin tinggi, berdasarkan jumlah rokok yang dihisap/hari sebanyak 3 responden (30%) dengan kadar hemoglobin tinggi pada kelompok sedang, dan berdasarkan lamanya merokok sebanyak 4 responden (10,9%) dengan kadar hemoglobin tinggi pada kelompok 5-10 tahun.

B. Saran

1. Bagi perokok aktif diharapkan untuk mengurangi atau berhenti merokok, karena efek rokok dapat membahayakan kesehatan baik itu bagi perokok maupun orang disekitar perokok.
2. Kepada pelayanan kesehatan seperti puskesmas dapat memberikan penyuluhan bagi perokok aktif untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran untuk berhenti merokok.
3. Kepada peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian serupa hendaknya melakukan penelitian dengan metode pengukuran kadar hemoglobinyang lain seperti menggunakan metode cyanmethemoglobin.