

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian tentang Gambaran Kadar Hemoglobin pada Perokok elektrik di Banjar Jerokuta Desa Adat Jimbaran yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

1. Kadar Hemoglobin pada perokok elektrik dengan karakteristik usia paling banyak pada rentang umur 18 – 24 tahun (96%), perokok elektrik memiliki aktifitas fisik paling banyak aktifitas fisik sedang (66%) dan volume konsumsi liquid perhari paling banyak pada kelompok 3- 4 ml (64%).
2. Pemeriksaan kadar hemoglobin pada perokok elektrik Sebagian memiliki kadar hemoglobin normal sebanyak 48 orang (96%), sedangkan kadar hemoglobin rendah sebanyak 2 orang (4%)
3. Karakteristik responden berdasarkan kelompok usia di dapatkan kadar hemoglobin rendah pada umur 18- 24 tahun sebanyak 2 orang (4%), dengan kelompok aktifitas fisik berat sebanyak 2 orang (4%) dan volume konsumsi liquid 5-6 ml sebanyak 2 orang (4%).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini maka saran yang dapat disimpulkan oleh pemilik yaitu:

1. Bagi perokok elektrik diharapkan untuk meningkatkan pola hidup sehat dan kurangi mengkonsumsi rokok. Karbon monoksida yang terkandung dalam rokok memiliki afinitas yang besar terhadap hemoglobin, sehingga

hemoglobin tidak dapat mengikat oksigen untuk dilepaskan ke jaringan sehingga menimbulkan hipoksia jaringan.

2. Kepada peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian serupa hendaknya menambah sampel penelitian dan melakukan pemeriksaan mendalam mengenai pengaruh karbon monoksida dalam darah perokok elektrik terhadap kadar hemoglobin dengan memperhatikan faktor – faktor Nutrisi.