

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan tentang gambaran kadar hemoglobin pada perokok aktif penduduk usia produktif di Banjar Paketan, Desa Sukawana, Kecamatan Kintamani dapat disimpulkan bahwa:

1. Perokok aktif penduduk usia produktif berdasarkan karakteristik paling banyak pada rentang usia 21-20 tahun sebanyak 19 responden (59,4%) dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 27 responden (84,4%), lama merokok sekitar 5-10 tahun sebanyak 18 responden (56,2%) dengan jumlah merokok sekitar 11-20 batang/hari sebanyak 15 responden (46,9%).
2. Kadar hemoglobin perokok aktif penduduk usia produktif, yaitu 17 responden (53,1%) memiliki kadar hemoglobin normal, 13 responden (40,6%) rendah dan 2 responden (6,3%) tinggi.
3. Gambaran kadar hemoglobin berdasarkan karakteristik usia menunjukkan hasil rendah lebih banyak ditemukan pada rentang usia 21-30 tahun (47,4%) dengan jenis kelamin laki-laki (48,1%) dan lama merokok 5-10 tahun (61,1%) dengan jumlah merokok 11-20 batang/hari (53,3%).

B. Saran

1. Bagi masyarakat perokok aktif penduduk usia produktif di Banjar Paketan, Desa Sukawana, Kecamatan Kintamani diharapkan untuk meningkatkan pola hidup sehat salah satunya dengan mengurangi mengonsumsi rokok atau berhenti merokok.

2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan agar dapat melakukan pemeriksaan Hb lebih lanjut menggunakan metode standar *sianmethemoglobin* dan meningkatkan jumlah responden penelitian serta karakteristik penelitian yang dapat mempengaruhi kadar hemoglobin agar memperoleh hasil yang lebih representatif.
3. Bagi institusi kesehatan terkait agar memberikan penyuluhan mengenai bahaya merokok serta penanggulangan anemia .