

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran kadar hemoglobin terhadap remaja akhir di Kecamatan Denpasar Selatan, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan karakteristik jenis kelamin didapatkan 66 remaja akhir laki-laki dan 34 remaja akhir perempuan. Jumlah remaja akhir yang mengonsumsi lebih dari 2 cangkir/gelas/muk adalah 46 responden dan jumlah remaja akhir yang kurang dari atau sama dengan 2 cangkir/gelas/muk adalah 54 responden.
2. Didapatkan 38 remaja akhir dengan kadar hemoglobin rendah dan sebanyak 62 remaja akhir dengan kadar hemoglobin normal.
3. Kadar hemoglobin berdasarkan jenis kelamin sebanyak 38 responden dan berdasarkan jumlah asupan kopi perhari sebanyak 38 responden. Sedangkan, kadar hemoglobin normal berdasarkan jenis kelamin sebanyak 62 responden dan berdasarkan jumlah asupan kopi harian sebanyak 62 responden.

B. Saran

1. Bagi remaja akhir di Kecamatan Denpasar Selatan, diharapkan remaja akhir dapat mengurangi jumlah asupan kopi perharinya dan tidak langsung mengonsumsi kopi setelah makan.
2. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan untuk melengkapi faktor-faktor yang berhubungan dengan kadar hemoglobin seperti keadaan geografis dan aktivitas fisik.