

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian tentang Gambaran Kadar Hemoglobin pada Perokok Elektrik di Banjar Selanbawak Kelod yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik responden sebagian besar pada kategori usia remaja akhir (17 – 25 tahun) sebesar 62,79% (27 orang), penggunaan rokok elektrik > 1 tahun sebesar 79,07% (34 orang), katagori pengguna rokok elektrik ringan (1 - 20 ml / hari) sebesar 67,44% (29 orang), dan pengguna rokok elektrik jenis *pod* sebesar 76,74% (33 orang).
2. Perokok elektrik yang memiliki kadar hemoglobin dalam batas normal sebanyak 34 orang (79,07%) dan kadar hemoglobin tinggi sebanyak 9 orang (20,93%).
3. Kadar hemoglobin tinggi sebagian ditemukan pada kelompok usia dewasa yaitu rentang usia 26 - 35 tahun, pada kelompok lama penggunaan rokok elektrik ditemukan pada kategori penggunaan rokok elektrik > 1 tahun, pada kelompok jumlah volume konsumsi liquid / hari ditemukan pada kategori perokok elektrik berat dengan rentang konsumsi liquid 21 – 30 ml / hari, dan pada kelompok jenis rokok elektrik yang digunakan ditemukan pada kategori jenis *mod*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini maka saran yang disampaikan oleh peneliti yaitu:

1. Bagi pengguna rokok elektrik

Diharapkan agar lebih memperhatikan pola hidup sehat seperti mengurangi atau menghentikan kebiasaan merokok elektrik dan melakukan pemeriksaan kesehatan serta pengukuran kadar hemoglobin secara rutin minimal 1 tahun sekali.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan mengembangkan penelitian ini dengan lebih memfokuskan penelitian pada pengguna rokok elektrik yang telah menggunakan rokok elektrik > 1 tahun dan pengguna rokok elektrik kategori berat (mengonsumsi liquid sebanyak 21 – 30 ml / hari) karena pada penelitian yang telah dilakukan ini, kadar hemoglobin tinggi didapatkan pada dua karakteristik yakni penggunaan rokok elektrik > 1 tahun dan pengguna rokok elektrik kategori berat.