

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Gambaran Kadar Hemoglobin Pada Perokok Aktif Di Banjar Negari, Desa Singapadu Tengah, Kecamatan Sukawati, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik perokok aktif pada penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok usia yang paling dominan adalah 46–50 tahun (47,8%). Berdasarkan jumlah rokok yang dihisap per hari, mayoritas merupakan perokok ringan yang mengonsumsi 1–10 batang per hari (56,7%). Sementara itu, berdasarkan lama merokok, sebagian besar responden berada pada kategori 5–10 tahun (56,7%).
2. Kadar hemoglobin pada perokok aktif menunjukkan bahwa sebanyak 4 responden (6,0%) memiliki kadar hemoglobin rendah (<13 g/dL), 54 responden (80,6%) memiliki kadar hemoglobin normal (13–18 g/dL), dan 9 responden (13,4%) memiliki kadar hemoglobin tinggi (>18 g/dL).
3. Kadar hemoglobin tinggi didapatkan pada responden dengan rentang usia 46-50 tahun sebanyak 15,6%, dengan kategori jumlah rokok yang dihisap per hari yaitu perokok berat (>20 batang) sebanyak 66,7%, dan kategori lamanya merokok yaitu >10 tahun sebanyak 33,3%.

B. Saran

1. Bagi masyarakat, khususnya perokok aktif di Banjar Negari diharapkan untuk mulai menerakan pola hidup sehat salah satunya menghentikan kebiasaan merokok. Hal ini penting mengingat dampak negatif rokok bagi para perokok aktif dan perokok pasif di sekitarnya.
2. Bagi peneliti selanjutnya yang berkeinginan melakukan penelitian serupa, hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi pada penelitian terkait dengan kadar hemoglobin pada perokok aktif.