

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Gambaran kadar hemoglobin pada pedagang pasar di Pasar Kidul Bangli Kabupaten Bangli dapat diringkas, yaitu:

1. Berdasarkan karakteristik dari pedagang di Pasar Kidul Bangli, didapatkan hasil bahwa sebagian besar pedagang berusia dewasa (25-44 tahun) yaitu sebanyak 36 responden (85,7%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 29 responden (69%), sebanyak 34 responden (81%) memiliki durasi tidur >7 jam sehari, dan bekerja >8 jam sehari sebanyak 34 responden (81%).
2. Pemeriksaan kadar hemoglobin pada pedagang di Pasar Kidul Bangli menunjukkan bahwa 6 orang (14,3%) memiliki kadar hemoglobin rendah (pria: 13g/dL, wanita: 12g/dL), sedangkan sebanyak 26 orang (85,7%) memiliki kadar hemoglobin normal (pria: 13-18g/dL, wanita: 12-16g/dL).
3. Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin rendah berdasarkan karakteristik usia, diperoleh 1 orang (16,7%) dari karakteristik lansia (60-74 tahun), dari karakteristik jenis kelamin sebanyak 3 orang (23,1%), 6 orang (75%) dari karakteristik durasi tidur ≤ 7 jam sehari, dan 5 orang (17,2%) dengan karakteristik durasi berjualan sehari >8 jam sehari. Dari pemeriksaan yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa kadar hemoglobin normal (pria: 13-18g/dL, wanita: 12-16g/dL) diperoleh dari karakteristik dewasa (25-44 tahun) sebanyak 36 orang (85,7%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 26 orang (89,7%), seluruh responden dengan karakteristik tidur >7 jam/hari (100%), dan 12 orang (92,3%) dengan karakteristik berjualan ≤ 8 jam/hari.

B. Saran

Berlandaskan pada simpulan yang telah disampaikan, penulis menyarankan kepada pedagang pasar beberapa hal berikut ini.

1. Bagi pedagang pasar di Pasar Kidul Bangli, Kabupaten Bangli disarankan agar menerapkan pola hidup sehat guna menjaga kesehatan jangka panjang. Selain itu agar para pedagang menerapkan jam tidur dan waktu yang tidak berlebihan agar tidak menyebabkan polistemia.
2. Pedagang pasar yang tergolong memiliki kadar hemoglobin rendah disarankan untuk menjalani pemeriksaan darah lengkap guna memastikan kondisi kadar hemoglobin secara lebih akurat dan memeriksakan diri ke Puskesmas terdekat.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut atau mengembangkan dengan menambahkan faktor - faktor yang berhubungan dengan hemoglobin dan melakukan pemeriksaan hemoglobin dengan metode yang memiliki sensitivitas yang lebih tinggi seperti menggunakan metode *hematology analyzer*.