BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian tentang Gambaran Kadar Hemoglobin pada Perokok elektrik di Banjar Pagutan Desa Padangsambian kaja Kecamatan Denpasar Barat yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

1. Kadar Hemoglobin pada perokok elektrik dengan karakteristik usia paling banyak pada rentang umur 18 – 24 tahun (85.7%), perokok elektrik memiliki akfifitas fisik paling banyak aktifitas fisik sedang (64.3%) dan volume konsumsi liquid perhari paling banyak pada kelompok 3- 4 ml (57.1%).
2. Pemeriksaan kadar hemoglobin pada perokok elektrik Sebagian memiliki kadar hemoglobin normal sebanyak 12 orang (85.7%), sedangkan kadar hemoglobin rendah sebanyak 2 orang (14.3 %)
3. Karakteristik responden berdasarkan kelompok usia di dapatkan kadar hemoglobin rendah pada umur 18- 24 tahun sebanayak 2 orang (14.3%), kelompok aktifitas fisik berat sebanyak 2 orang (14.3%) dan volume konsumsi liquid 1-2 ml sebanyak 2 orang (14.3%)

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini maka saran yang dapat disimpulkan oleh pemilik yaitu:

1. Bagi perokok elektrik diharapkan untuk meningktkan pola hidup sehat dan kurangi mengkonsumsi rokok. Karbon monoksida yang terkandung dalam

rokok memiliki afinitas yang besar terhadap hemoglobin, sehingga hemoglobin tidak dapat mengikat oksigen untuk dilepaskan ke jaringan sehingga menimbulkan hipoksia jaringan.

2. Kepada peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian serupa hendaknya menambah sampel penelitian dan melakukan pemeriksaan medalam mengenai pengaruh karbon monoksida dalam darah perokok elektrik terhadap kadar hemoglobin dengan memperhatikan faktor – faktor Nutrisi .