

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang kadar hemoglobin pada obesitas di Puskesmas IV Denpasar Selatan, dapat disimpulkan bahwa :

1. Karakteristik obesitas dalam penelitian ini yaitu berdasarkan jenis kelamin perempuan sebanyak 13 orang (59,1%). Berdasarkan kategori usia paling banyak pada usia 26-35 yaitu sebanyak 9 orang (40,9%)
2. Kadar hemoglobin normal pada obesitas didapatkan sebanyak 13 orang (59,1%) dan kadar hemoglobin anemia sebanyak 9 orang (40,9%).
3. Kadar hemoglobin normal dominan ditemukan pada usia 26-35 (22,7%), jenis kelamin laki-laki (36,4%). Kadar hemoglobin rendah dominan ditemukan pada usia 26-35 dan 36-45 (18,2%), jenis kelamin perempuan (31,8%)

B. Saran

1. Bagi Masyarakat

Untuk masyarakat lebih memperhatikan kondisi serta membiasakan diri untuk menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dan juga mengontrol pola makan serta bisa menyeleksi makanan yang akan dikonsumsi dan lebih utamanya lagi meningkatkan aktivitas fisik.

4. Bagi Instansi Kesehatan

Untuk instansi kesehatan perlu memberikan perhatian khusus pada seluruh lapisan masyarakat terkait sosialisasi yang mengenai tentang bahaya obesitas.

Kemudian, memberikan pengawalan yang lebih kepada seluruh masyarakat agar membiasakan gaya hidup sehat agar tidak terjadi hal-hal yang dapat merugikan masyarakat tersebut

5. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lanjutan dengan menambah variabel atau faktor yang akan diteliti dengan cakupan yang lebih luas.