

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan lama merokok, frekuensi merokok, dan jenis rokok dengan kadar hemoglobin pada pria dewasa perokok aktif di Desa Tukadaya dengan jumlah responden 96 orang, dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik responden menunjukkan kelompok usia dewasa akhir sebanyak 53 orang (55,2%), memiliki lama merokok 5–10 tahun sebanyak 50 orang (52,1%), dengan frekuensi merokok kategori sedang sebanyak 46 orang (47,9%), serta mayoritas menggunakan rokok filter sebanyak 72 orang (75%).
2. Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin menunjukkan bahwa responden berada pada kategori normal (13-18 g/dL) sebanyak 72 orang (75%).
3. Terdapat hubungan antara lama merokok dengan kadar hemoglobin ($p\text{-value} = 0,021$). Terdapat hubungan antara frekuensi merokok dengan kadar hemoglobin ($p\text{-value} < 0,001$). Terdapat hubungan antara jenis rokok yang digunakan dengan kadar hemoglobin ($p\text{-value} < 0,001$).

B. Saran

1. Bagi masyarakat, diharapkan masyarakat khususnya perokok aktif dapat dapat mengurangi kebiasaan merokok karena paparan rokok dalam jangka panjang dapat memengaruhi kesehatan tubuh termasuk kadar hemoglobin.
2. Bagi tenaga kesehatan, diharapkan dapat memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai dampak merokok terhadap kesehatan, khususnya

pengaruhnya terhadap darah. Edukasi ini dapat dilakukan secara berkala, misalnya setiap bulan, melalui kegiatan penyuluhan di masyarakat.

3. Bagi peneliti selanjutnya, peneliti selanjutnya disarankan menambahkan variabel lain yang dapat memengaruhi kadar hemoglobin seperti pola makan, status gizi, aktivitas fisik, atau riwayat penyakit sehingga hasil penelitian menjadi lebih lengkap.
4. Bagi institusi pendidikan, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi khususnya dalam bidang kesehatan masyarakat dan analisis kesehatan terkait hubungan kebiasaan merokok dengan kadar hemoglobin