

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai perbedaan kadar hemoglobin pada perokok aktif dan perokok pasif di Desa Pemecutan Kelod, Kecamatan Denpasar Barat dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden perokok aktif didominasi oleh kelompok usia 25–44 tahun sebanyak 47,9%, dengan aktivitas fisik yang paling dominan adalah kategori ringan dan sedang, masing-masing sebanyak 39,6%. Sementara itu, responden perokok pasif didominasi oleh kelompok usia 15–24 tahun sebanyak 37,5%, dengan aktivitas fisik yang paling dominan yaitu kategori ringan sebanyak 56,3%.
2. Kadar hemoglobin pada kedua kelompok sebagian besar berada pada kategori normal, yaitu pada perokok aktif sebanyak 85,4% dan pada perokok pasif sebanyak 68,8%.
3. Rerata kadar hemoglobin pada perokok aktif adalah $14,3 \pm 1,2$ g/dL, sedangkan pada kelompok perokok pasif memiliki kadar hemoglobin dengan rerata $13,5 \pm 1,2$ g/dL.
4. Terdapat perbedaan kadar hemoglobin pada perokok aktif dan perokok pasif di Desa Pemecutan Kelod, Kecamatan Denpasar Barat dengan nilai signifikansi sebesar 0,003 ($p < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi masyarakat, khususnya perokok aktif, diharapkan dapat mengurangi kebiasaan merokok serta lebih memperhatikan lingkungan sekitar saat merokok agar tidak menimbulkan paparan asap rokok pada perokok pasif. Hal ini karena hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan kadar hemoglobin pada perokok aktif dan perokok pasif, yang menandakan bahwa paparan asap rokok dapat memengaruhi kondisi fisiologis tubuh.
2. Bagi perokok pasif, disarankan untuk mengurangi paparan asap rokok dengan menerapkan lingkungan bebas asap rokok dan menghindari berada terlalu lama di sekitar perokok aktif, karena paparan asap rokok secara terus-menerus dapat memengaruhi kondisi fisiologis tubuh, termasuk kadar hemoglobin.
3. Bagi tenaga kesehatan, diharapkan dapat meningkatkan edukasi kepada masyarakat mengenai bahaya merokok dan pentingnya pemeriksaan kadar hemoglobin secara berkala.
4. Bagi peneliti selanjutnya, dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai referensi dalam pengembangan penelitian lebih lanjut, dengan menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi kadar hemoglobin pada perokok aktif dan perokok pasif.