

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian gambaran kadar hemoglobin penduduk Tambak Lorok Kota Semarang didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil penelitian kadar hemoglobin pada penduduk daerah Tambak Lorok diperoleh hasil sebagian besar responden kadar Hb-nya adalah normal berjumlah 88 responden (88%) dan sebagian lagi tidak normal berjumlah 12 responden (12%).
2. Berdasarkan faktor usia persentase kadar Hb tidak normal tertinggi terjadi pada manula (≥ 65 tahun) yaitu 29% sedangkan persentase kadar hemoglobin normal tertinggi pada dewasa (26-45 tahun) kadar Hb 100% normal.
3. Berdasarkan faktor lama tinggal persentase kadar Hb tidak normal tertinggi terjadi pada penduduk yang sudah bertempat tinggal selama 11-20 tahun yaitu 33% sedangkan persentase kadar Hb normal tertinggi pada penduduk yang bertempat tinggal antara 5-10 tahun kadar Hb 100% normal.
4. Berdasarkan faktor APD persentase kadar Hb tidak normal tertinggi terjadi pada pengguna APD tidak lengkap yaitu 15% sedangkan persentase kadar Hb normal tertinggi pada pengguna APD lengkap kadar Hb 100% normal.
5. Berdasarkan faktor jenis kelamin persentase kadar Hb tidak normal tertinggi terjadi pada perempuan yaitu 14% sedangkan pada laki-laki 9%.
6. Berdasarkan faktor jenis pekerjaan persentase kadar Hb tidak normal tertinggi terjadi pada pedagang yaitu 15% sedangkan persentase kadar Hb normal tertinggi yaitu pada nelayan 91% normal.
7. Berdasarkan faktor konsumsi kerang persentase kadar Hb tidak normal tertinggi terjadi pada pengonsumsi kerang sebulan sekali yaitu 13% sedangkan persentase kadar Hb normal tertinggi pada pengonsumsi kerang 2 minggu sekali kadar Hb 100% normal.

B. SARAN

1. Kadar hemoglobin kurang dari normal di sarankan olahraga teratur dan menjaga pola makan yang sehat, bergizi yaitu dengan sayuran dan buah.
2. Lebih memperhatikan dan mementingkan kesehatan, responden yang mengalami penurunan kadar hemoglobin maka di sarankan mengkonsumsi sayur-sayuran yang mengandung zat besi.
3. Sebaiknya warga rajin memeriksakan diri untuk mengontrol kestabilan kadar hemoglobin.

