

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah:

1. Berdasarkan karakteristik pendonor darah yang dijadikan sampel penelitian, sebagian besar berjenis kelamin laki-laki sebanyak 69 (71.1%).
2. Berdasarkan karakteristik pendonor darah yang dijadikan sampel penelitian sebagian besar berusia 46-55 tahun yaitu sebanyak 40 (41.2%).
3. Berdasarkan karakteristik pendonor darah yang dijadikan sampel penelitian, sebagian besar pendonor memiliki golongan darah O sebanyak 41 (42.3%).
4. Berdasarkan kategori hipertensi, sebagian besar pendonor darah termasuk dalam kategori Hipertensi Stage I sebanyak 57 (58.8%) pendonor darah.

B. Saran

1. Bagi UDD PMI Kota Yogyakarta
Hasil penelitian ini, diharapkan dapat menjadi masukan bagi UDD Kota Yogyakarta untuk melakukan sosialisasi bagaimana kita menjaga tekanan darah sehingga selalu berada dalam keadaan normal sehingga dapat meningkatkan kualitas pendonor darah dan kualitas produk darah yang dihasilkan.
2. Bagi Pendonor Darah
Diharapkan pendonor darah menjaga pola hidup menjadi lebih sehat, seperti mengonsumsi makanan sehat bergizi dan memperbanyak asupan sayur hijau dan buah-buahan, untuk umur lanjut usia maka pendonor darah perlu untuk berolahraga secara teratur, istirahat cukup, serta menghindari rokok.
3. Bagi Peneliti Lain
Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian mengenai hipertensi pada pendonor darah, dapat melakukan pengambilan data secara langsung sehingga hasilnya dapat diperoleh secara langsung.