

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berlandaskan hasil riset yang diperoleh, kesimpulan yang bisa didapatkan ialah:

1. Karakteristik pendonor darah dari segi jenis kelamin didominasi oleh laki-laki yaitu 100 orang (100 %), karakteristik usia sebagian besar pada kelompok usia 36-50 tahun sebanyak 47 orang (47,0%), serta karakteristik Golongan Darah yaitu golongan Darah O Positif sejumlah 50 orang (50,0%).
2. Responden yang memiliki kadar Hb normal banyak yaitu 90,0% dibandingkan dengan kadar Hb rendah sebanyak 10,0% dan kadar Hb tinggi lebih sebanyak 0,0%.

B. Saran

Berlandaskan hasil riset yang didapatkan, dapat disarankan yakni:

1. Bagi UDD PMI Kota Yogyakarta

Diharapkan untuk melakukan sosialisasi kepada Calon pendonor tentang pentingnya menjaga pola makan dan aktivitas fisik sehingga calon pendonor dapat menjaga kadar hemoglobinnya.

2. Bagi Peneliti Lain

Penelitian selanjutnya perlu mengkaji kembali faktor-faktor yang dapat menyebabkan kadar hemoglobin rendah maupun tinggi pada calon pendonor. Peneliti selanjutnya diharapkan untuk menambah responden, variabel dan waktu penelitian untuk menguatkan hasil penelitian.

3. Bagi Pendonor

Ditingkatkan frekuensi pola makan pendonor terutama makanan yang mengandung zat penting untuk pembentukan hemoglobin dalam darah dan menjaga aktivitas fisik tetap stabil.