

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh maka dapat disimpulkan:

1. Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah donor darah secara umum menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dari nilai kadar hemoglobin sebelum dan sesudah donor darah yaitu terjadi penurunan kadar hemoglobin pasca donasi.
2. Berdasarkan jenis kelamin, terjadi penurunan yang signifikan kadar hemoglobin pada laki-laki dan perempuan pasca donasi, penurunan kadar hemoglobin pada pendonor perempuan lebih besar dibandingkan pendonor laki-laki.
3. Berdasarkan usia, terjadi penurunan yang signifikan kadar hemoglobin pada usia 17-25 tahun dan 26-35 tahun dan penurunan tidak signifikan pada usia 46-55 tahun dan usia 36-45 tahun pasca donasi. Perubahan atau penurunan kadar hemoglobin paling besar terjadi pada usia 46-55 tahun.
4. Berdasarkan golongan darah, terjadi penurunan tidak signifikan kadar hemoglobin pada golongan darah A, B, O, dan AB pasca donasi, penurunan kadar hemoglobin paling besar terjadi pada golongan darah A, selanjutnya golongan darah AB, golongan darah O, dan golongan darah B.
5. Berdasarkan pekerjaan, terjadi penurunan tidak signifikan kadar hemoglobin pada kelompok bekerja dan penurunan signifikan pada kelompok tidak bekerja pasca donasi, penurunan kadar hemoglobin paling besar terjadi pada kelompok tidak bekerja.

#### **B. Saran**

1. Bagi Pendonor

Meskipun terjadi penurunan kadar hemoglobin sesaat pasca donor darah, tetapi masih aman. Oleh karena itu, peneliti menyarankan bagi para pendonor

untuk memenuhi kandungan besi dalam tubuh dengan cara perbanyak makan dan minum yang mengandung zat besi setelah mendonorkan darahnya, terutama bagi pendonor wanita.

## 2. Bagi Organisasi PMI

Peneliti mengharapkan organisasi PMI memberikan edukasi kepada pendonor tentang pengukuran kadar hemoglobin sebelum dan sesudah donor darah. Selain itu, tidak hanya memberikan snack donor pasca donasi, tetapi juga memberi informasi mengenai asupan nutrisi yang kaya zat besi untuk mengganti kadar hemoglobin yang berkurang setelah mendonasikan darah.

## 3. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar penelitian selanjutnya. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mencari atau menambah variabel lain seperti pola makan, berat badan, dan lokasi penelitian yang berbeda. Jika mengambil variabel yang sama, diharapkan menggunakan alat pengecekan kadar hemoglobin yang berbeda dan menetapkan waktu pengecekan kadar hemoglobin pasca donasi antar responden satu dengan yang lain.