

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Jumlah pendonor yang gagal karena kadar hemoglobin berdasarkan jenis kelamin diketahui sejumlah 28 (32.5%) berjenis kelamin pria, sejumlah 58 (67.44%) berjenis kelamin wanita.
2. Identifikasi pada calon pendonor yang gagal donor berdasarkan pola makan diketahui 64 (74.42%) dengan pola makan kurang, 18 (20.93%) dengan pola makan cukup, dan 4 (4.65%) dengan pola makan baik.
3. Identifikasi pada calon pendonor yang gagal donor berdasarkan aktivitas fisik diketahui 46 (53.49%) dengan aktivitas fisik tinggi, 33 (38.37%) dengan aktivitas sedang, dan 7 (8.14%) dengan aktivitas fisik rendah.

B. Saran

1. Bagi UDD PMI Kabupaten Klaten

Diharapkan untuk melakukan sosialisasi kepada masyarakat tentang pentingnya menjaga pola makan dan aktivitas fisik sehingga calon pendonor dapat menjaga kadar hemoglobinnnya

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.