

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Calon pendonor wanita yang ditolak karena kadar hemoglobin rendah sebanyak 78 orang (100%) dan tidak ada calon pendonor wanita yang ditolak karena kadar hemoglobin tinggi.
2. Karakteristik responden penelitian persentase terbesar untuk kategori usia adalah 26-45 tahun sebanyak 44 orang (56,4%), untuk tingkat pendidikan SMA sebanyak 36 orang (46,2%), untuk jenis pekerjaan lain-lain sebanyak 43 orang (55,1%) dan riwayat donor ulang sebanyak 61 orang (78,2%).
3. Gambaran pola makan dengan persentase terbesar adalah kategori pola makan kurang sebanyak 59 orang (75,6%), sedangkan kategori pola makan cukup sebanyak 18 orang (23,1%) dan pola makan baik sebanyak 1 orang (1,3%).
4. Gambaran siklus menstruasi dengan persentase terbesar adalah kategori perlu pemantauan sebanyak 46 orang (59%), lalu kategori normal sebanyak 30 orang (38,4%) dan kategori ada indikasi gangguan sebanyak 2 orang (2,6%).
5. Gambaran riwayat merokok dengan persentase terbesar adalah kategori rendah sebanyak 77 orang (98,7%) dan 1 orang (1,3%) yang termasuk dalam kategori sedang.

B. Saran

1. Bagi UDD PMI Kabupaten Klaten

Agar memberikan edukasi berkala kepada calon pendonor terutama wanita mengenai pentingnya menjaga kadar hemoglobin melalui pola makan bergizi, konsumsi zat besi dan manajemen menstruasi.

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Agar menambahkan variabel tambahan seperti tingkat stress, konsumsi suplemen dan durasi tidur untuk memperkuat temuan yang ada.

3. Bagi Pendonor

Sebaiknya rutin memantau kondisi kesehatannya termasuk kadar

hemoglobin dan tidak memaksakan donor bila tubuh dalam kondisi lelah atau kurang makan.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA