

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data mengenai hubungan aktivitas fisik terhadap kadar hemoglobin pada calon pendonor di UDD PMI Kabupaten Tulungagung yang telah dilakukan disimpulkan sebagai berikut:

- a. Sebagian besar calon pendonor di UDD PMI Kabupaten Tulungagung pada bulan November hingga Desember tahun 2022 memiliki tingkat aktivitas fisik kategori sedang sebanyak 38 responden (40%).
- b. Sebagian besar calon pendonor di UDD PMI Kabupaten Tulungagung pada bulan November hingga Desember tahun 2022 memiliki kadar hemoglobin normal sebanyak 50 responden (53%).
- c. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kadar hemoglobin pada calon pendonor di UDD PMI Kabupaten Tulungagung.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi UDD PMI Kabupaten Tulungagung

Dengan adanya penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan informasi mengenai bagaimana hubungan aktivitas fisik terhadap kadar hemoglobin pada setiap calon pendonor untuk selalu menjaga aktivitas fisiknya sebelum melakukan donor darah sehingga keadaan selalu dalam keadaan stabil.

5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Perlu dilakukan penelitian dengan parameter yang berbeda seperti hematokrit, eritrosit, leukosit, trombosit, dan lain-lain serta perlu adanya penetapan waktu yang lebih lama untuk melakukan penelitian. Selain itu juga melakukan penelitian terhadap variabel faktor lain yang mempengaruhi kadar hemoglobin seperti riwayat penyakit, pola makan, dan gaya hidup untuk membandingkan pada faktor apa yang paling mempengaruhi kadar hemoglobin tersebut.