

## **BAB 5**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada pendonor perokok dan non perokok di PMI Kota Mojokerto pada bulan November sampai Desember tahun 2020 bahwa pendonor perokok aktif cenderung memiliki kadar hemoglobin lebih tinggi dengan rata-rata 17,4 g/DL daripada pendonor non perokok yang rata-ratanya 12,4 g/DL.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan dari hasil pembahasan dan kesimpulan penelitian mengenai “Perbedaan Kadar Hemoglobin Pada Perokok dan Non Perokok di UTD PMI KOTA MOJOKERTO Tahun 2020”. Maka saran penulis sekiranya dapat bermanfaat :

1. Untuk penulis, pada penelitian selanjutnya agar disarankan untuk menggunakan sampel yang lebih banyak lagi sehingga dapat memberikan hasil yang lebih signifikan.
2. Untuk perokok berat, disarankan agar berusaha mengurangi kebiasaan merokok dimana sudah banyak penelitian yang meneliti efek buruk dari asap rokok.

Perbanyak aktifitas yang bermanfaat seperti olahraga agar mudah menghilangkan kebiasaan buruk tersebut.