

BAB V

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin yang telah dilakukan di Kampung Pelangi RW 28 Kelurahan Mojosongo Kecamatan Jebres Kota Surakarta dapat disimpulkan bahwa dari 50 responden yang memiliki kadar hemoglobin normal sebanyak 38 (76%) sedangkan yang memiliki kadar hemoglobin dibawah normal sebanyak 12 (24%)

5.2. Saran

1. Lansia

- a. Dianjurkan untuk mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi (sayuran, buah, lauk pauk), mengkonsumsi tablet penambah darah jika dibutuhkan
- b. Rutin mengontrol kadar hemoglobin untuk pencegahan anemia
- c. Rutin berolahraga

2. Tenaga analis

Menjamin atau meningkatkan mutu proses pra analitik, analitik, dan pasca analitik

1. Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas variabel penelitian sehingga hasil penelitian bisa lebih representatif. Serta untuk memperbaiki kelemahan penelitian ini dengan meningkatkan penelitian ini menjadi penelitian kuantitatif sehingga dapat diperoleh hasil pengaruh antara pola makan sehat dengan kadar hemoglobin.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbout. (2006). *Metode Pemeriksaan Kadar Hemoglobin*. Bandung: ECG.
- Akhzami, D. R. (2016). Perbandingan Hasil Point Of Care Testing (POCT) Asam urat dengan Chemistry Analyzer. *Jurnal Kedokteran*.
- Alamsyah, P. R. (2016). Hubungan Kecukupan Zat Gizi Dan Konsumsi Makanan Penghambat Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Lansia. *Media Gizi Indonesia*, 2.
- Asih, E. S. (2018). Perbandingan Hasil Pemeriksaan Hemoglobin Metode Azidemet Hemoglobin dan Cyanide Free. *Biomedika*, 3.
- Azizah, L. M. (2011). *Keperawatan Usia Lanjut*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Chibriyah, R. (2017). Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kadar Hemo. 5.
- Febriana, I. (2017). Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswa Yang Mengonsumsi Mie Instant. 1.
- Itsnainiyah, T. (2007). Hubungan Antara IMT, Kadar Hemoglobin dan Kebiasaan Olahraga dengan Kesegaran Jasmani Pada Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan*, 1.
- Kiswari, R. (2014). *Hematologi & Tranfusi*. Jakarta: Erlangga.
- Kosasi, L. (2014). Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kadar Hemoglobin pada Mahasiswa Anggota UKM Pendekar Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 178.
- Laili, N. H. (2020). Analisis Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Lansia di UPT Puskesmas Colomadu I. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 68.
- Mader, S. S. (1997). <https://dokumen.tips/documents/struktur-hemoglobinsintesis-heme-dan-met-besi.html>. Retrieved from <https://dokumen.tips/documents/struktur-hemoglobinsintesis-heme-dan-met-besi.html>.
- Mahaningtyas, E. (2010, 10 06). *Biologi Gonzaga*. Retrieved from <https://biologigonz.blogspot.com>
- Maryati, h. (2013). Gambaran Fungsi Kognitif Pada Lansia Di UPT Panti Werdha Mojopahit Kabupaten Mojokerto. *jurnal kesehatan*, 2.
- Meilianingsih, L. (2017). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Lansia Di Kecamatan Cicendo Kota Bandung. *Jurnal Kesehatan KartikaStikes A.Yani*, 17.
- Mekawekes, M. T. (2016). Perbandingan Kadar Hemoglobin Darah Pada Pria Perokok Dan Bukan Perokok. *Jurnal e-Biomedik*, 2.

- Prambudi, G. (2019). Perbedaan Kadar Hemoglobin dengan Metode Point Of Care Testing (POCT) dan Cyanmethemoglobin. 2.
- Prasetya, H. R. (2013). Gambaran Anemia Pada Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha Abiyoso Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan*, 23.
- Setiawan, S. (2019, 12 20). *Guru Pendidikan*. Retrieved from Guru Pendidikan: www.gurupendidikan.co.id
- Stevanus, A. (2017). Hubungan Antara Kebiasaan Minum Teh Dengan Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswa Universitas Setia Budi Surakarta. *Jurnal Kesehatan*, 3.
- Wibowo, D. V. (2017). Hubungan Merokok dengan Kadar Hemoglobin dan Trombosit pada Perokok Dewasa. *Jurnal e-Biomedik*, 1.
- Wibowo, H. (2014, April 5). Retrieved from Masher2013: <https://masher2013.wordpress.com/tag/struktur-heme/>
- Yudhatama, A. (2017, 10 10). *Panduan Pelayanan POCT*. Retrieved from <https://id.scribd.com>

LAMPIRAN

1. Data Penelitian Kadar Hemoglobin 50 Lansia

No	Nama	Umur	Pola Makan	Kadar Hb	Keterangan
1.	Ny. 1	56 th	Sehat	13.9 g/dL	Normal
2.	Tn. 2	62 th	Tidak sehat	17.6 g/dL	Normal
3.	Ny.3	60 th	Sehat	14.6 g/dL	Normal
4.	Ny. 4	58 th	Sehat	11.6 g/dL	Dibawah normal
5.	Ny. 5	62 th	Sehat	12.8 g/dL	Normal
6.	Ny. 6	58 th	Sehat	12.4 g/dL	Normal
7.	Ny. 7	50 th	Sehat	12.1 g/dL	Normal
8.	Ny. 8	80 th	Sehat	12.8 g/dL	Normal
9.	Ny. 9	53 th	Sehat	13.5 g/dL	Normal
10.	Ny. 10	54 th	Sehat	11.3 g/dL	Dibawah normal
11.	Ny. 11	56 th	Sehat	10.7 g/dL	Dibawah normal
12.	Ny. 12	72 th	Sehat	13.3 g/dL	Normal
13.	Ny. 13	53 th	Sehat	14.0 g/dL	Normal
14.	Ny. 14	63 th	Sehat	12.8 g/dL	Normal
15.	Ny. 15	60 th	Sehat	12.0 g/dL	Normal
16.	Ny. 16	59 th	Sehat	10.5 g/dL	Dibawah normal

17.	Ny. 17	53 th	Sehat	12.1 g/dL	Normal
18.	Ny. 18	58 th	Tidak sehat	12.0 g/dL	Normal
19.	Ny. 19	60 th	Sehat	11.9 g/dL	Dibawah normal
20.	Ny 20	80 th	Sehat	14.0 g/dL	Normal
21.	Tn. 21	66 th	Sehat	14.4 g/dL	normal
22.	Ny. 22	60 th	Sehat	12.0 g/dL	normal
23.	Ny 23	67 th	Sehat	12.8 g/dL	normal
24.	Ny 24	56 th	Sehat	12.1 g/dL	normal
25.	Ny 25	55 th	Sehat	12.7 g/dL	normal
26.	Ny 26	53 th	tidak sehat	11.2 g/dL	Dibawah normal
27.	Tn 27	61 th	Tidak sehat	15.2 g/dL	normal
28.	Ny 28	64 th	Sehat	11.2 g/dL	Dibawah normal
29.	Ny 29	53 th	Sehat	15.4 g/dL	normal
30.	Ny 30	82 th	Tidak sehat	16.0 g/dL	normal
31.	Ny 31	50 th	Tidak sehat	15.2 g/dL	normal
32.	Ny 32	56 th	Sehat	12.1 g/dL	normal
33.	Tn 33	51 th	Sehat	11.4 g/dL	Dibawah normal
34.	Tn 34	63 th	Tidak sehat	12.5 g/dL	Dibawah normal
35.	Ny 35	50 th	Tidak sehat	13.8 g/dL	normal
36.	Ny 36	54 th	Sehat	13.7 g/dL	normal

37.	Ny 37	57 th	Tidak sehat	14.0 g/dL	normal
38.	Ny 38	56 th	Sehat	11.4 g/dL	Dibawah normal
39.	Ny 39	50 th	Tidak sehat	12.0 g/dL	normal
40.	Ny 40	52 th	Sehat	11.7 g/dL	Dibawah normal
41.	Ny 41	59 th	Sehat	14.2 g/dL	normal
42.	Tn 42	61 th	Sehat	14.8 g/dL	normal
43.	Tn 43	59 th	Tidak sehat	12.9 g/dL	Dibawah normal
44.	Tn 44	49 th	Sehat	17.7 g/dL	normal
45.	Tn 45	56 th	Sehat	15.8 g/dL	Normal
46.	Ny 46	50 th	Sehat	12.7 g/dL	normal
47.	Ny 47	55 th	Sehat	15.6 g/dL	normal
48.	Tn 48	59 th	Tidak sehat	16.3 g/dL	normal
49.	Ny 49	52 th	Sehat	13.3 g/dL	normal
50.	Ny. 50	53 th	Sehat	14.0 g/dL	normal