

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 30 responden yang mengonsumsi minuman beralkohol yang ada di daerah Sedati, maka dapat disimpulkan bahwa diperoleh kadar hemoglobin rendah sebanyak 23 orang responden dengan presentase 77% dan rata – rata 11,84 gr/dl, sedangkan kadar hemoglobin yang normal sebanyak 7 orang responden dengan presentase 23% dan rata – rata 13,92 gr/dl.

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan saran – saran sebagai berikut :

1. Kepada tenaga kesehatan

Penyuluhan terhadap masyarakat tentang bahayanya kandungan dalam minuman beralkohol saat dikonsumsi secara berlebihan akan menjadi penting. Sebab dengan itu masyarakat akan lebih mengerti dan paham tentang batasan dalam mengonsumsi minuman beralkohol.

2. Kepada masyarakat

Sebaiknya tidak lagi mengonsumsi minuman beralkohol, perbaiki pola tidur yang teratur, dan diharapkan mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi seperti jeroan, tahu, bayam.

3. Kepada peneliti selanjutnya

Di harapkan dapat menganalisa parameter lain pada peminum minuman beralkohol.

Karena minimnya pengetahuan masyarakat tentang bahaya mengonsumsi minuman beralkohol secara berlebihan menjadikan daya sosialisasi atau penyuluhan terhadap masyarakat tentang bahaya kandungan dalam minuman beralkohol saat dikonsumsi secara berlebihan akan menjadi penting. Sebab dengan itu nantinya masyarakat akan lebih mengerti dan paham tentang batasan dalam mengonsumsi minuman beralkohol. Selain itu masyarakat juga akan lebih mengerti dengan bagaimana cara mengatasi masalah kesehatan yang sedang mereka alami.

