

## **BAB 5**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan terhadap pemeriksaan kadar hemoglobin dan jumlah eritrosit pada mahasiswa teknologi laboratorium medis poltekkes kemenkes surabaya yang memiliki kebiasaan tidur larut malam, dapat disimpulkan bahwa:

1. prosentase kadar hemoglobin sebagian besar 48% perempuan dan 17% laki – laki kadar hemoglobin normal, sedangkan 29% perempuan dan 6% laki laki kadar hemoglobin rendah.
2. prosentase hitung jumlah eritrosit sebagian besar 71% perempuan dan 23 % laki – laki hitung jumlah eritrosit normal, sedangkan 6% perempuan hitung jumlah eritrosit tinggi.
3. Gambaran kadar hemoglobin dan jumlah eritrosit pada mahasiswa teknologi laboratorium medis poltekkes kemenkes surabaya yang memiliki kebiasaan tidur larut malam jika dibandingkan dengan nilai normal kadar hemoglobin dan jumlah eritrosit didapatkan hasil sebagian besar kadar hemoglobin dan jumlah eritrosit normal.

#### **5.2 Saran**

1. Bagi mahasiswa diharapkan untuk menjaga pola hidup sehat dan makan makanan yang bergizi serta tidur yang cukup sebagai upaya menjaga kesehatan tubuh dan meminimalisir terjadinya anemia.

2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini dapat dijadikan informasi dan bisa dijadikan data pembandingan tentang kadar hemoglobin dan jumlah eritrosit pada mahasiswa yang memiliki kebiasaan tidur larut malam.
3. Bagi pembaca diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan bagi pembaca tentang gambaran kadar hemoglobin dan jumlah eritrosit pada mahasiswa yang memiliki kebiasaan tidur larut malam.
4. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dari hasil penelitian ini dapat menambahkan jumlah sampel pada penelitian selanjutnya, sehingga didapatkan hasil yang lebih akurat untuk perbandingan hasilnya.