

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Kadar hemoglobin sebelum melakukan aktivitas fisik ringan pada mahasiswa DIV Analis Kesehatan yaitu 13.14 g/dL dengan standar deviasi 1.38 .
2. Kadar hemoglobin sesudah melakukan aktivitas fisik ringan pada mahasiswa DIV Analis Kesehatan yaitu 13.20 g/dL dengan nilai standar deviasi 1.42 .
3. Tidak terdapat perbedaan kadar hemoglobin dalam darah yang dilakukan sebelum dan sesudah melakukan aktivitas fisik intensitas ringan pada mahasiswa DIV Analis Kesehatan dengan *p-value* sebesar 0.208 berarti hipotesis ditolak.

#### **B. SARAN**

1. Bagi petugas laboratorium pasien yang akan melakukan pengambilan darah sebaiknya diberikan istirahat sekurang-kurangnya 15 menit agar tidak mempengaruhi kadar hemoglobin.
2. Bagi mahasiswa dan petugas laboratorium sebelum melakukan pengambilan darah vena harus lebih memperhatikan lagi pra analitik yaitu persiapan pasien karena hal ini dapat mempengaruhi hasil sampel yang diperiksa.