

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Persentase pemain game online pada mahasiswa TLM sebesar 9,7% (57 mahasiswa)
2. Distribusi frekuensi kadar hemoglobin pemain game online dengan rata – rata 16,3 g/dl, nilai maksimal 19,9 g/dl, dan nilai minimal 10,5 g/dl.
3. Distribusi frekuensi kadar Ht pemain game online dengan rata – rata 35,9%, nilai maksimal 49,2%, nilai minimal 26,1%.
4. Distribusi frekuensi jumlah eritrosit pemain game online dengan rata – rata 4.470 sel/ μ l, nilai maksimal 6.320 sel/ μ l, nilai minimal 3.440 sel/ μ l.
5. Persentase pemain game online yang mengalami anemia berdasarkan kadar Hemoglobin sebesar 37% (10 mahasiswa).

B. Saran

1. Para pemain game online diharapkan untuk mengurangi kebiasaan bermain game online sampai larut malam dan mengonsumsi makanan yang bergizi tinggi agar metabolisme dalam tubuh seimbang.
2. Peneliti menyarankan untuk dilakukan penelitian lanjut mengenai profil hematologi sebelum dan sesudah bermain game online.