

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai Perbandingan Nilai Hematokrit Mahasiswa Yang Mengonsumsi Air Mineral 2 Liter Dan Kurang Dari 2 Liter, setelah diuji dengan uji *Man Whitney* dapat disimpulkan:

1. Rata – rata nilai hematokrit pada sampel darah mahasiswa Jurusan Teknologi Laboratorium Medis yang mengonsumsi air mineral 2 liter (2 – 2,5 liter) yaitu 36,87%.
2. Rata – rata nilai hematokrit pada sampel darah mahasiswa Jurusan Teknologi Laboratorium Medis yang mengonsumsi air mineral kurang dari 2 liter (1 – 1,5 liter) yaitu 40,43%.
3. Berdasarkan Uji *Man Whitney* terdapat perbedaan nilai hematokrit yang bermakna pada mahasiswa yang mengonsumsi air mineral 2 liter (2 – 2,5 liter) dan kurang dari 2 liter (1 – 1,5 liter), karena berdasarkan uji statistik diperoleh nilai sebesar sig 0,000 sehingga nilai tersebut  $< 0,05$ .

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka diperoleh saran sebagai berikut :

1. Perlu diperhatikan kebutuhan seseorang terhadap jumlah konsumsi air per harinya untuk mencegah terjadinya dehidrasi yang jika terjadi secara terus-menerus dapat menyebabkan gangguan fungsi organ.
2. Perlu adanya penelitian lanjutan dengan parameter pemeriksaan yang berbeda seperti nilai indeks eritrosit.
3. Perlu adanya penelitian lanjutan mengenai perbandingan nilai hematokrit pada mahasiswa pre dan post pada pola konsumsi air mineral.