

## BAB VI

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap sopir angkutan wisata Wahyu Baruna Sanur, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik sopir angkutan wisata Wahyu Baruna Sanur sebagian besar berusia 51-60 tahun (46%), sering menahan buang air kemih (91%), kurang minum air putih (55%), suka mengonsumsi kopi (91%), minum minuman bersoda (82%), minum minuman berenergi (64%), duduk lama saat bekerja (100%), dan para sopir rata-rata bekerja sudah lama (73%).
2. Kristal kalsium oksalat pada sedimen urin sopir angkutan wisata Wahyu Baruna Sanur yaitu 82% pada kategori normal dan 18% pada kategori tidak normal.
3. Kristal kalsium oksalat dalam kategori tidak normal sebagian besar pada usia 30-40 tahun (9%) dan usia 40-50 tahun (9%), sering menahan buang air kemih (18%), kurang mengonsumsi air putih (18%), mengonsumsi kopi (18%), minum minuman bersoda (18%) dan minum minuman berenergi (9%), duduk lama saat bekerja (18%), sudah lama bekerja menjadi sopir (>10 tahun) (9%) dan dalam kategori sedang (6-10 tahun) (9%). Kristal kalsium oksalat dalam kategori normal sebagian besar pada usia 51-60 tahun (46%) menahan buang air kemih (82%), cukup mengonsumsi air putih (46%), mengonsumsi kopi (73%), minum minuman bersoda (64%) dan tidak minum minuman berenergi

(55%), duduk lama saat bekerja (82%), sudah lama bekerja menjadi sopir (64%).

## **B. Saran**

Adapun saran yang dapat diberikan penulis yaitu:

1. Bagi sopir yang menunjukkan hasil yang tidak normal diharapkan agar secara rutin melakukan pemeriksaan laboratorium disamping itu juga dengan cara lebih menjaga kesehatannya dengan menerapkan pola hidup sehat dan rajin berolahraga.
2. Untuk penelitian selanjutnya agar lebih menambah jumlah sampel yang digunakan sebagai responden penelitian agar hasil pemeriksaan lebih maksimal.
3. Bagi institusi agar dapat menambah kepustakaan khususnya bagian urinalisis.