

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Dari penelitian yang dilakukan tentang Gambaran Kristal kalsium oksalat pada urine peminum kopi di kelurahan baler bale agung kabupaten Jembrana, dapat disimpulkan :

1. Dari 34 orang responden diperoleh hasil peminum kopi dengan karakteristik responden terbanyak dengan umur dewasa sebanyak 18 orang (52,94%), berjenis kelamin laki-laki 21 orang(61,76%), tidak pernah menahan buang air kemih 29 orang (85,29%), mengkonsumsi air putih 8 gelas/hari 14 orang (41,18%) dan mengkonsumsi 1-3 cangkir 19 orang (55,88%).
2. Didapatkan 11 sampel (32,35%) mengandung kristal kalsium oksalat dan 23 sampel (67,65%) tidak mengandung kristal kalsium oksalat
3. Responden dengan kristal kalsium oksalat dengan positif satu dan dua, sebagian besar ditemukan pada umur dewasa (26-45 tahun), jenis kelamin laki-laki, tidak pernah menahan buang air kemih, mengkonsumsi air putih < 8 gelas/hari dan mengkonsumsi kopi >3 cangkir

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat disampaikan oleh penulis yaitu :

1. Bagi peminum kopi di Tempek Darma Kerti Banjar Taman Amertha Kelurahan Baler Bale Agung agar memperhatikan kesehatan dengan

mengonsumsi air putih 8 gelas/hari, mengurangi konsumsi kopi dan melakukan aktivitas fisik seperti olahraga rutin.

2. Bagi peneliti selanjutnya agar melanjutkan penelitian ini terkait dengan Kristal kalsium pada penikmat kopi dengan memperhatikan karakteristik riwayat penyakit pada peminum kopi.