

BAB VI

PENUTUP

6.1 Simpulan

Setelah dilakukan identifikasi morfologi eritrosit pada remaja laki-laki pengonsumsi kopi di warung kopi atau coffee shop di wilayah kerja Puskesmas Sumobito dengan total 35 responden yang dilaksanakan pada bulan Desember-Juni 2023 dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebanyak 35 responden secara keseluruhan berjenis kelamin laki-laki pada rentang usia 18-24 tahun. Dengan konsumsi kopi dominan berusia 21 tahun.
2. Sebanyak 48,57% responden memilih bekerja setelah lulus SMA sederajat.
3. Responden secara keseluruhan mengonsumsi kopi sebanyak 2 hingga 3 kali perhari. Sebanyak 71,43% responden mengonsumsi kopi lebih dari 5 tahun. Jenis kopi yang paling banyak dikonsumsi adalah kopi hitam dengan persentase 77,15%.
4. Sebanyak 21 responden dengan persentase sebesar 60% mengalami perubahan morfologi eritrosit baik pada ukuran, bentuk maupun warna. Sedangkan sisanya sebanyak 40% tidak mengalami perubahan morfologi eritrosit.

6.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, saran yang dapat diberikan adalah :

6.2.1 Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi kepada remaja yang mengkonsumsi kopi berlebih untuk mengurangi konsumsinya karena dapat menyebabkan perubahan morfologi eritrosit.

6.2.2 Bagi Institusi

Institusi kesehatan dan yang terkait diharapkan lebih intensif melakukan penyuluhan terhadap remaja terkait bahaya mengkonsumsi kopi berlebihan.

6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

1. Perlu adanya penelitian lebih lanjut dengan memperhatikan faktor lain yang dapat menyebabkan terjadinya perubahan morfologi eritrosit seperti mencantumkan kadar hemoglobin setiap responden serta gejala gejala yang ditimbulkan tiap responden jika mengonsumsi kopi berlebih.
2. Perlu adanya penelitian lebih lanjut terkait korelasi jenis kopi lain yang dikonsumsi terhadap perubahan morfologi eritrosit.