BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Sebagian kecil responden (12%) menunjukkan adanya kristal kalsium oksalat dalam urin, sedangkan sebagian besar (88%) memiliki urin normal tanpa kristal.
2. Sebagian besar responden (79%) telah mengonsumsi tuak lebih dari 5 tahun, yang menunjukkan bahwa durasi konsumsi alkohol berpotensi menjadi faktor risiko pembentukan kristal urin.
3. Sebagian besar responden (88%) mengonsumsi air putih lebih dari 8 gelas per hari, yang kemungkinan besar berperan dalam mencegah pembentukan kristal urin.
4. Meskipun tuak merupakan faktor risiko, pembentukan kristal urin juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti asupan cairan, pola makan, aktivitas fisik, dan faktor genetik.

B. Saran

1. Untuk masyarakat, khususnya peminum tuak, disarankan untuk meningkatkan konsumsi air putih minimal 8 gelas per hari guna menjaga kesehatan saluran kemih dan mengurangi risiko terbentuknya kristal urin
2. Bagi tenaga kesehatan, penting untuk memberikan edukasi mengenai bahaya konsumsi alkohol jangka panjang terhadap sistem kemih, terutama mengenai risiko terbentuknya kristal urin dan batu ginjal.
3. Penelitian selanjutnya, disarankan untuk menggunakan sampel yang lebih besar dan mempertimbangkan faktor risiko lain seperti riwayat penyakit metabolik, pola makan, dan status hidrasi secara lebih mendalam agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensi.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu