

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 96 responden mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2016, dapat disimpulkan beberapa hal berikut:

1. Berdasarkan hasil kuesioner kopi, didapatkan: Pengonsumsi kopi ringan (≤ 250 mg kafein) 36 orang (37,5%), pengonsumsi kopi sedang (250 mg-750 mg kafein) 55 orang (57,3%), dan pengonsumsi kopi berat (> 750 mg kafein) 5 orang (5,2%)
2. Berdasarkan hasil kuesioner DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*), didapatkan: Mahasiswa yang tidak mengalami ansietas 54 orang (56,3%), ansietas ringan 13 orang (13,5%), ansietas sedang 18 orang (18,8%), ansietas berat 6 orang (6,3%), dan ansietas sangat berat 5 orang (5,2%)
3. Berdasarkan hasil uji analisis statistik, didapatkan: Pada mahasiswa pengonsumsi kopi ringan (≤ 250 mg kafein), terdapat 10 orang (27,8%) yang mengalami ansietas dan 26 orang (76,2%) tidak mengalami ansietas. Sedangkan pada mahasiswa pengonsumsi kopi sedang-berat (> 250 mg kafein), terdapat 32 orang (53,3%) yang mengalami ansietas dan 28 orang (24,7 %) tidak mengalami ansietas. Didapatkan nilai *p-value* 0,026 atau $p < 0,05$, yang berarti terdapat hubungan konsumsi kopi dengan ansietas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2016. Didapatkan juga rasio prevalensi 2,97 yang berarti pada mahasiswa pengonsumsi kopi sedang sampai berat > 250 mg kafein memiliki resiko 2,97 kali lebih besar untuk mengalami ansietas dibandingkan pengonsumsi kopi ringan ≤ 250 mg kafein.

6.2 Saran

1. Bagi peneliti selanjutnya sebaiknya dilakukan wawancara dalam bentuk formal untuk penelitian selanjutnya untuk menyingkirkan kesalahan responden saat dilakukan tes dengan menggunakan kuesioner.
2. Untuk Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara sebaiknya dilakukan skrining ansietas terhadap mahasiswa.