

## BAB V

### KESIMPULAN

#### V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan mengenai hubungan konsumsi minuman herbal tradisional dengan kualitas hidup masyarakat Rawa Kopi, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil analisis bivariat menggunakan uji *Spearman Rank Correlation* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan sangat kuat antara konsumsi minuman herbal tradisional dan kualitas hidup masyarakat Rawa Kopi ( $p < 0,05$ ), dengan arah hubungan positif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat konsumsi minuman herbal tradisional, maka semakin tinggi pula kualitas hidup yang dirasakan responden.
2. Hasil uji *Mann–Whitney U* menunjukkan adanya perbedaan kualitas hidup yang signifikan antara kelompok masyarakat yang mengkonsumsi dan yang tidak mengkonsumsi minuman herbal tradisional. Kelompok yang mengkonsumsi minuman herbal tradisional memiliki tingkat kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan kelompok yang tidak mengkonsumsi.
3. Berdasarkan analisis per domain kualitas hidup, konsumsi minuman herbal tradisional memiliki hubungan yang signifikan dengan seluruh domain *WHOQOL-BREF*. Hubungan terkuat terdapat pada domain fisik, diikuti oleh domain psikologis dan domain lingkungan, sedangkan domain hubungan sosial menunjukkan hubungan yang lebih rendah namun tetap signifikan secara statistik.

## V.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah diperoleh, maka beberapa saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Masyarakat

Diharapkan masyarakat dapat mempertahankan dan mengembangkan kebiasaan konsumsi minuman herbal tradisional sebagai bagian dari perilaku hidup sehat, dengan tetap memperhatikan keamanan, kebersihan, dan keseimbangan dengan pola hidup sehat lainnya.

2. Bagi Tenaga Kesehatan dan Pemerintah Setempat

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun program promosi dan edukasi kesehatan berbasis kearifan lokal, khususnya terkait pemanfaatan minuman herbal tradisional sebagai upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk melakukan penelitian dengan desain longitudinal atau eksperimental agar dapat mengkaji hubungan kausal antara konsumsi minuman herbal tradisional dan kualitas hidup. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat menambahkan variabel lain seperti pola makan, aktivitas fisik, dan status penyakit untuk mengontrol faktor perancu yang mungkin memengaruhi kualitas hidup.

4. Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan sumber data awal bagi pengembangan kajian ilmiah di bidang kesehatan masyarakat, khususnya yang berkaitan dengan pemanfaatan pengobatan tradisional dan peningkatan kualitas hidup masyarakat berbasis kearifan lokal.