

BAB VII PENUTUP

7.1 Kesimpulan

1. Laki-laki etnik Minangkabau lebih banyak mengonsumsi karbohidrat dalam jumlah cukup.
2. Laki-laki etnik Minangkabau lebih banyak yang mengonsumsi sukrosa dalam jumlah cukup.
3. Laki-laki etnik Minangkabau lebih banyak memiliki kadar MDA plasma yang tinggi.
4. Laki-laki etnik Minangkabau lebih banyak memiliki panjang telomer yang pendek.
5. Tidak ada hubungan antara konsumsi karbohidrat dengan panjang telomer berdasarkan kadar MDA plasma laki-laki etnik Minangkabau atau bisa dikatakan bahwa konsumsi karbohidrat yang tinggi tidak secara langsung akan menyebabkan tingginya kadar MDA plasma yang kemudian berpengaruh terhadap panjang telomer laki-laki etnik Minangkabau, karena banyaknya faktor yang mempengaruhi panjang telomer.
6. Tidak ada hubungan antara konsumsi sukrosa dengan panjang telomer berdasarkan kadar MDA plasma laki-laki etnik Minangkabau atau bisa dikatakan bahwa konsumsi sukrosa yang tinggi tidak secara langsung akan menyebabkan tingginya kadar MDA plasma yang kemudian berpengaruh terhadap panjang telomer laki-laki etnik Minangkabau, karena banyaknya faktor yang mempengaruhi panjang telomer.
7. Tidak ada perbedaan bermakna rerata panjang telomer berdasarkan konsumsi karbohidrat dan konsumsi sukrosa yang berbeda.

7.2 Saran

1. Pada penelitian ini, faktor-faktor yang diteliti masih terbatas pada konsumsi karbohidrat, sukrosa dan kadar MDA plasma pada laki-laki etnik Minangkabau karena keterbatasan kemampuan peneliti. Padahal banyak faktor yang menyebabkan pemendekan telomer, sehingga untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk :
 - a. Mengkaji faktor-faktor lain yang berpengaruh pada proses pemendekan telomer terutama di Indonesia atau khususnya untuk etnik Minangkabau, karena masih terbatasnya penelitian mengenai hal ini.
 - b. Mengkaji peran enzim telomerase, nutrien lain dan antioksidan endogen pada proses pemendekan telomer.
2. Pada penelitian ini tidak dilakukan pemisahan sampel antara yang sakit dan yang sehat sehingga kemungkinan bisa menjadi perancu pada hasil penelitian, sehingga pada penelitian selanjutnya disarankan dapat dilakukan pemisahan sampel antara yang sakit dan yang sehat.

