

- 9) Sampel darah dan antikoagulan dalam tabung dihomogenkan dengan cara membentuk angka delapan atau dikocokkan secara perlahan, untuk mencegah pembekuan.

F. Analisis Hasil

Data penelitian ini berupa hasil pengukuran jumlah trombosit pada individu yang aktif mengonsumsi minuman beralkohol di Kelurahan Sikumana. Analisis dilakukan secara deskriptif untuk memberikan gambaran tingkat konsumsi alkohol dengan jumlah trombosit.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kelurahan Sikumana adalah salah satu desa yang terletak di Kecamatan Maulafa, Kota Kupang, Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT). Daerah ini memiliki kepadatan penduduk yang cukup tinggi dengan mayoritas warga berusia produktif, jadi kegiatan sosial dan ekonomi di sini cukup dinamis. Secara administratif, Kelurahan Sikumana terdiri dari 40 wilayah RW dan 200 RT, yang berfungsi sebagai struktur organisasi masyarakat di tingkat lokal.

Penelitian ini dilakukan di Desa Sikumana, RW 005, Kecamatan Maulafa, Kota Kupang, dan difokuskan pada responden laki-laki berusia 19–40 tahun. Lokasi ini dipilih karena merupakan salah satu pusat minuman tradisional beralkohol, seperti *moke* dan *sopi*, sementara kelompok umur yang diteliti dipilih karena mencakup remaja hingga dewasa, yang secara sosial lebih aktif dalam berbagai acara dan pertemuan serta memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk mengonsumsi minuman beralkohol.

Peneliti bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat konsumsi alkohol dengan jumlah trombosit pada peminum alkohol aktif dengan nomor etik No.LB.02.03/1/0106/2026.

A. Gambaran Kadar Trombosit Berdasarkan Karakteristik Responden

Penelitian

1. Karakteristik responden

Berikut disajikan tabel hasil penelitian yang menggambarkan karakteristik responden.

Tabel 4. 1 Gambaran Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi(N)	Presentase (%)
Usia		
19-25 Tahun	31	77,5
26-30 Tahun	4	10
31-40 Tahun	5	12,5
Total	40	100
Pendidikan Terakhir		
SMA	30	75
Perguruan Tinggi	10	25
Total	40	100
Pekerjaan		
Tidak bekerja	2	5
PNS	3	7,5
Karyawan swasta	6	15
Wiraswasta	7	17,5
Kuli bangunan	1	2,5
Mahasiswa	21	52,5
Total	40	100

Karakteristik responden dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Responden adalah pria aktif yang minum alkohol berusia 19–40 tahun dan tinggal di Desa Sikumana, khususnya di RW 005. Responden dianggap aktif minum jika mereka mengonsumsi alkohol setidaknya seminggu sekali atau secara teratur selama enam bulan terakhir. Jumlah sampel yang digunakan adalah 40 orang, diperoleh dari populasi 67 orang menggunakan rumus Slovin.

Responden dipilih dengan teknik *purposive sampling*, karena kelompok usia produktif di wilayah tersebut kebanyakan berada pada rentang usia 19–40 tahun. Selain itu, responden perlu memenuhi persyaratan tambahan seperti bersedia mengikuti semua prosedur penelitian, menandatangani persetujuan yang diinformasikan, dan tidak memiliki riwayat penyakit atau kondisi medis yang bisa memengaruhi kadar trombosit.

Berdasarkan hasil penelitian, distribusi usia menunjukkan bahwa kelompok usia 19–25 tahun adalah yang paling dominan. Hal ini bisa dimaklumi karena usia ini masuk ke fase dewasa muda, yang secara demografis mendominasi penduduk RW 005 di Kelurahan Sikumana. Pada tahap ini, individu berada dalam masa transisi menuju dewasa, di mana aktivitas sosial, eksplorasi identitas, dan keterlibatan komunitas lebih intens dibandingkan kelompok usia lainnya. Dalam konteks budaya lokal, *sopi/moke* bukan hanya minuman, tapi juga simbol kebersamaan yang sering muncul dalam upacara adat maupun pertemuan informal. Pengaruh teman sebaya juga memperkuat kecenderungan untuk mengonsumsi alkohol di usia ini, karena interaksi sosial sering terjadi melalui kegiatan bersama yang melibatkan minuman tradisional.

Dengan demikian, banyaknya responden berusia 19–25 tahun bukan hanya mencerminkan struktur demografis lokal, tapi juga menunjukkan adanya hubungan erat antara tahap perkembangan psikososial dan pola konsumsi alkohol yang lebih tinggi.

Selain faktor usia, tingkat pendidikan terakhir juga memberikan gambaran yang jelas tentang karakteristik responden. Sebagian besar responden adalah lulusan SMA, yang mencerminkan kondisi pendidikan umum di RW 005. SMA adalah tingkat pendidikan yang paling umum sebelum seseorang memutuskan untuk melanjutkan ke perguruan tinggi atau masuk ke dunia kerja. Banyak lulusan SMA di daerah ini memilih untuk tetap tinggal di komunitas mereka, sehingga lebih mudah untuk ikut dalam tradisi lokal, termasuk minum sopi/moke. Dari perspektif akademis, pendidikan SMA memberikan pengetahuan dasar, tapi tidak cukup untuk mengembangkan kesadaran kritis tentang dampak kesehatan dari konsumsi alkohol. Akses yang terbatas ke informasi kesehatan yang lebih lengkap membuat kelompok ini lebih rentan terhadap perilaku berisiko. Selain itu, lulusan SMA biasanya masih berada di tahun-tahun produktif awal, jadi aktivitas sosial dengan teman sebaya lebih intens. Kebiasaan minum tradisional sering muncul sebagai bagian dari identitas kelompok, di mana sopi/moke dipandang sebagai cara untuk memperkuat ikatan sosial.

Karakteristik pekerjaan responden juga menunjukkan pola yang konsisten dengan temuan tentang usia dan pendidikan, di mana mahasiswa adalah kelompok terbesar. Mahasiswa berada di tahap kehidupan yang dinamis, ditandai dengan jadwal akademik yang padat sambil juga perlu bersosialisasi. Dalam konteks RW 005, mahasiswa paling sering mengonsumsi alkohol karena mereka berada di fase hidup yang dinamis ini, di mana tekanan akademik, kebutuhan untuk bersosialisasi, dan akses

terhadap minuman beralkohol saling berinteraksi. Secara psikologis, mahasiswa menghadapi beban kerja yang berat, ujian, dan tuntutan kinerja tinggi. Hal ini sering menimbulkan stres dan kecemasan, sehingga alkohol digunakan sebagai mekanisme coping untuk meredakan ketegangan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa konsumsi alkohol di kalangan mahasiswa sering berfungsi baik sebagai hiburan maupun sebagai pelarian dari tekanan akademik.

Selain faktor psikologis, aspek sosial juga memainkan peran besar. Mahasiswa berada di lingkungan sosial yang luas, di mana solidaritas kelompok dan kegiatan bersama seringkali melibatkan alkohol. Minum sopi atau moke dalam konteks lokal bukan hanya kegiatan rekreasi, tapi juga simbol kebersamaan dan identitas kelompok. Norma sosial yang membolehkan minum alkohol memperkuat kebiasaan ini, membuat mahasiswa merasa terdorong untuk menyesuaikan diri dengan apa yang dianggap “normal” di lingkungan mereka. Persepsi bahwa sebagian besar teman sebaya juga minum alkohol semakin memperkuat kebiasaan ini. Faktor kampus dan ekonomi juga ikut berperan dalam tingginya konsumsi alkohol di kalangan mahasiswa.

Alkohol tradisional seperti sopi/moke relatif murah dan gampang didapat di sekitar kampus, jadi jadi pilihan utama mahasiswa yang punya duit terbatas. Selain itu, mahasiswa yang tinggal di asrama atau jauh dari keluarga punya kebebasan lebih untuk minum tanpa pengawasan orang tua. Situasi ini menciptakan lingkungan sosial di mana mahasiswa bisa

mengembangkan kebiasaan minum secara rutin. Jadi, tingginya konsumsi alkohol di kalangan mahasiswa adalah hasil dari kombinasi tekanan akademik, kebutuhan emosional, norma sosial, dan gampangya akses ke minuman tradisional yang murah dan mudah diperoleh.

2. Hasil pemeriksaan kadar trombosit

Berikut disajikan tabel hasil penelitian yang menggambarkan kadar trombosit.

Tabel 4. 2 Kadar Trombosit Responden

Kadar Trombosit	Frekuensi	Presentase(%)
Rendah:<130 sel/uL	-	-
Normal:130-400 sel/uL	39	97,5
Tinggi: >400 sel/uL	1	2,5
Total	40	100

Alkohol diketahui dapat mengganggu fungsi trombosit, terhadap penggunaan alkohol yang sering ditemukan dengan jumlah trombosit yang menurun. Namun berdasarkan hasil pemeriksaan laboratorium pada 40 responden peminum aktif alkohol, memperoleh jumlah trombosit 97,5 % hasilnya dalam batas normal dan 2,5 lebih tinggi dari batas normal. Secara umum, hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih memiliki jumlah trombosit dalam batas normal, yaitu sekitar 130–400 ribu/ μ L. Variasi ini menunjukkan bahwa respons tubuh manusia terhadap konsumsi minuman beralkohol dapat berbeda pada setiap individu, tergantung pada berbagai faktor yang memengaruhi kondisi hematologi tubuh.

Berdasarkan hasil pemeriksaan laboratorium terhadap 40 responden menggunakan alat menggunakan metode impedansi listrik (*Coulter*

Principle) dengan standar normal trombosit 130.000–400.000/ μ L menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kadar trombosit dalam batas normal. Namun, terdapat satu responden dengan kadar trombosit tinggi ($>400.000/\mu$ L).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 40 responden peminum aktif alkohol di RW 005 Kelurahan Sikumana, terdapat satu responden dengan kadar trombosit yang meningkat di atas batas normal fisiologis. Fenomena ini menarik untuk dibahas karena mayoritas responden memiliki kadar trombosit dalam rentang normal, sementara satu responden memperlihatkan adanya trombositosis.

Kadar trombosit rendah tidak ditemukan pada responden, hal ini dapat dijelaskan karena sebagian besar sampel adalah usia muda (19–40 tahun) dengan fungsi sumsum tulang yang masih optimal. Pada kelompok ini, meskipun terdapat konsumsi alkohol, mekanisme hematopoiesis tetap berjalan baik sehingga tidak terjadi supresi sumsum tulang atau defisiensi nutrisi yang signifikan. Dengan kata lain, faktor usia dan kondisi fisiologis yang sehat melindungi responden dari risiko trombositopenia.

Mayoritas responden memiliki kadar trombosit normal (130.000–400.000 sel/ μ L) sebanyak (97,5%). Hal ini terjadi karena konsumsi alkohol yang dilakukan masih dalam kategori ringan hingga sedang, sehingga belum cukup kuat menekan produksi trombosit. Selain itu, tubuh pada usia muda memiliki mekanisme kompensasi yang baik, termasuk regulasi hormon trombopoietin di hati, sehingga jumlah trombosit tetap berada dalam rentang

fisiologis. Temuan ini sesuai dengan literatur yang menyebutkan bahwa konsumsi alkohol ringan–sedang tidak selalu menimbulkan perubahan signifikan pada jumlah trombosit.

Sementara itu, terdapat satu responden (2,5%) dengan kadar trombosit tinggi (>400.000 sel/uL). Kondisi ini dapat dijelaskan sebagai trombositosis reaktif, yang biasanya muncul akibat faktor lain seperti inflamasi, stres metabolik, atau riwayat infeksi. Alkohol dapat berperan sebagai pencetus tambahan dengan memicu pelepasan sitokin yang merangsang produksi trombosit lebih banyak. Dengan demikian, meskipun jumlah kasusnya kecil, temuan ini menunjukkan adanya variasi individu dalam respons tubuh terhadap konsumsi alkohol.

Secara fisiologis, trombositosis dapat terjadi akibat peningkatan produksi trombosit di sumsum tulang yang dipicu oleh berbagai faktor internal maupun eksternal. Pada usia muda, khususnya sekitar 23 tahun, sistem hematopoietik masih berada dalam kondisi aktif dan responsif terhadap rangsangan biologis. Mekanisme regulasi trombopoietin yang dihasilkan oleh hati dan ginjal bekerja optimal, sehingga bila terdapat stimulus tambahan seperti infeksi ringan, peradangan, atau stres fisiologis, produksi trombosit dapat meningkat melebihi batas normal. Hal ini menjelaskan mengapa responden tersebut menunjukkan kadar trombosit yang lebih tinggi dibandingkan responden lain.

Selain faktor fisiologis, peningkatan trombosit pada responden ini juga dapat dikaitkan dengan mekanisme kompensasi tubuh terhadap

konsumsi alkohol. Alkohol dalam jumlah sedang hingga tinggi diketahui dapat menekan produksi trombosit melalui kerusakan sumsum tulang dan penurunan trombopoietin. Namun, pada sebagian individu, tubuh justru merespons dengan meningkatkan produksi trombosit sebagai bentuk kompensasi terhadap paparan alkohol jangka panjang. Mekanisme ini terjadi karena tubuh berusaha mempertahankan hemostasis dengan meningkatkan jumlah trombosit untuk mengantisipasi kemungkinan gangguan pembekuan darah. Faktor nutrisi juga berperan penting. Responden dengan status gizi baik, terutama yang mengonsumsi makanan kaya zat besi, folat, dan vitamin B12, cenderung memiliki produksi trombosit yang lebih tinggi. Nutrisi yang adekuat dapat memperkuat fungsi sumsum tulang sehingga produksi trombosit meningkat meskipun terdapat paparan alkohol. Dengan demikian, peningkatan trombosit pada satu responden ini dapat dipandang sebagai hasil interaksi antara paparan alkohol, status gizi, dan mekanisme kompensasi fisiologis.

Dari perspektif klinis, trombositosis pada usia muda biasanya bersifat reaktif dan sementara, bukan akibat kelainan primer pada sumsum tulang seperti essential thrombocythemia yang lebih sering ditemukan pada usia lanjut. Trombositosis reaktif dapat dipicu oleh infeksi, peradangan kronis, anemia defisiensi besi, atau trauma jaringan. Pada responden ini, kemungkinan besar peningkatan trombosit bersifat sementara dan akan kembali normal setelah faktor pemicu diatasi. Namun, kondisi ini tetap perlu diperhatikan karena trombositosis dapat meningkatkan risiko terbentuknya

bekuan darah abnormal (trombosis), yang berimplikasi pada gangguan sirkulasi seperti stroke atau emboli. Penelitian Silczuk (2020) menegaskan bahwa konsumsi alkohol berat dapat menimbulkan variasi jumlah trombosit, termasuk pelepasan trombosit muda dari limpa yang dapat meningkatkan jumlah trombosit sementara. Oleh karena itu, peningkatan trombosit pada satu responden dalam penelitian ini kemungkinan besar merupakan fenomena reaktif akibat kombinasi faktor usia, status kesehatan, nutrisi, dan pola konsumsi alkohol, serta tidak langsung menunjukkan adanya kelainan hematologi kronis.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menggambarkan bahwa peminum aktif alkohol masih dapat memiliki jumlah trombosit normal, tetapi konsumsi alkohol tetap berpotensi menimbulkan gangguan hematologi apabila dilakukan terus-menerus dalam jangka panjang. Oleh karena itu, pemantauan jumlah trombosit penting dilakukan pada individu yang mengonsumsi alkohol secara rutin untuk mendeteksi lebih awal kemungkinan gangguan sistem hematologi maupun gangguan fungsi hati.

3. Gambaran kadar trombosit berdasarkan karkteristik usia

Tabel berikut menyajikan distribusi usia responden berdasarkan kadar trombosit.

Tabel 4. 3 Distribusi Kadar Trombosit Berdasarkan Usia Responden

Usia	Kadar Trombosit sel/uL						Total	
	Rendah <130		Normal 130-400		Tinggi >400			
	F	%	F	%	F	%	F	%
19-25 Tahun	-	-	30	75	1	2,5	31	77,5
26-30 Tahun	-	-	4	10	-	-	4	10
31-40 Tahun	-	-	5	12,5	-	-	5	12,5
Total	-	-	39	97,5	1	2,5	40	100

Tabel 4.3 menampilkan distribusi tingkat trombosit responden berdasarkan usia mereka. Hasilnya menunjukkan bahwa semua responden di setiap kelompok usia memiliki tingkat trombosit dalam rentang normal (130.000–400.000/ μ L), dengan 39 orang (97,5%) berada dalam kategori normal dan hanya 1 orang (2,5%) yang memiliki jumlah trombosit > 400.000/ μ L. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun ada variasi pola konsumsi alkohol di antara kelompok usia yang berbeda, sebagian besar individu masih mampu menjaga hematopoiesis dengan baik, sehingga kadar trombosit mereka tetap dalam batas fisiologis.

Secara rinci, orang muda (<25 tahun), orang dewasa paruh baya (26–30 tahun), dan orang dewasa yang lebih tua (>31 tahun) semuanya menunjukkan kecenderungan memiliki kadar trombosit yang stabil. Ini bisa diartikan bahwa konsumsi alkohol responden, meskipun rutin, belum menyebabkan gangguan signifikan pada produksi atau fungsi trombosit.

Dengan kata lain, tubuh masih bisa menyesuaikan diri untuk menjaga keseimbangan trombosit.

Namun, ada satu responden yang memiliki jumlah trombosit lebih tinggi dari normal (trombositosis). Trombositosis bisa terjadi karena berbagai faktor, termasuk mekanisme kompensasi tubuh akibat paparan alkohol jangka panjang, status gizi yang baik, atau kondisi medis lain yang memengaruhi produksi trombosit. Meskipun jumlah kasusnya sangat kecil, hal ini tetap penting karena trombositosis bisa meningkatkan risiko pembekuan darah abnormal yang bisa menyebabkan komplikasi klinis.

Jumlah trombosit tinggi pada orang muda yang mengonsumsi alkohol biasanya terjadi sebagai bentuk trombositosis reaktif, bukan efek langsung dari alkohol itu sendiri. Alkohol lebih sering dikaitkan dengan penurunan trombosit, tapi pada beberapa orang, bisa memicu peningkatan jumlah trombosit melalui mekanisme biologis tertentu. Konsumsi alkohol berlebihan bisa menyebabkan peradangan sistemik, terutama di hati, yang merangsang pelepasan sitokin yang meningkatkan produksi trombosit di sumsum tulang. Selain itu, kerusakan hati akibat alkohol bisa mengubah regulasi hormon trombopoietin, yang berperan penting dalam pembentukan trombosit. Stres metabolik dan oksidatif yang disebabkan alkohol juga bisa membuat sumsum tulang menghasilkan lebih banyak trombosit sebagai mekanisme kompensasi.

Implikasi penelitian dari temuan ini adalah meskipun sebagian besar responden memiliki kadar trombosit normal, adanya satu kasus trombosit

tinggi menunjukkan adanya variasi individu dalam respon terhadap konsumsi alkohol. Hal ini bisa dipengaruhi oleh faktor lain seperti status gizi, riwayat infeksi, atau kondisi hematologi yang mendasarinya. Secara klinis, trombosit tinggi membawa risiko pembentukan bekuan darah yang abnormal, yang bisa memicu komplikasi serius seperti trombotik atau stroke. Oleh karena itu, hasil ini menekankan pentingnya memantau kadar trombosit pada remaja dan mahasiswa yang mengonsumsi alkohol, serta perlunya penelitian lebih lanjut untuk memahami hubungan jangka panjang antara pola konsumsi alkohol dan perubahan hematologi.

4. Gambaran Kadar Trombosit Berdasarkan Pola Konsumsi Alkohol

Tabel berikut menyajikan distribusi pola konsumsi berdasarkan jumlah trombosit.

Tabel 4. 4 Hasil distribusi kadar trombosit berdasarkan pola konsumsi alkohol

Pola konsumsi alkohol	Kadar Trombosit						Total	
	Rendah <130		Normal 130-400		Tinggi >400			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Lama waktu konsumsi								
< 1 Tahun	-	-	7	17,5	-	-	7	17,5
1-10 Tahun	-	-	30	75	1	2,5	31	77,5
11-20 Tahun	-	-	2	5	-	-	2	5
Total			39	97,5	1	2,5	40	100
Jumlah sekali minum (gelas/sloki)								
<2 Gelas/Sloki	-	-	-	-	-	-	-	-
2-3 Gelas/Sloki	-	-	10	25	-	-	10	25
>3 Gelas/Sloki			29	72,5	1	2,5	30	75
Total			39	97,5	1	2,5	40	100
Jumlah konsumsi dalam 1 minggu								
1 Kali/ Minggu	-	-	7	17,5	-	-	7	17,5
2-3 Kali/Minggu	-	-	27	67,5	-	-	27	67,5
4-6 Kali/Minggu	-	-	3	7,5	1	2,5	4	10
Setiap Hari			2	2,5	-	-	2	5
Total			39	97,5	1	2,5	40	100
Kebiasaan merokok								
Tidak merokok	-	-	12	30	-	-	12	30

<5 batang/ hari	-	-	22	55	1	2,5	23	57,5
>5 batang/hari	-	-	5	12,5	-	-	5	12,5
Total			39	97,5	1	2,5	40	100
Jenis minuman								
Moke/sopi			39	25	1	2,5	40	100
Bir	-	-	-	-	-	-	-	-
Wine	-	-	-	-	-	-	-	-
Anggur merah	-	-	-	-	-	-	-	-
Total	-	-	39	97,5	1	2,5	40	100

Distribusi pola konsumsi alkohol di antara responden menunjukkan bahwa sebagian besar telah minum selama 1–10 tahun. Hal ini bisa dijelaskan karena periode ini adalah saat kebiasaan minum mulai terbentuk dan berakar dalam kehidupan sosial. Kelompok usia produktif awal (19–25 tahun) yang mendominasi penelitian ini adalah yang paling rentan mengembangkan kebiasaan minum dari remaja akhir hingga dewasa muda. Tradisi lokal di RW 005 Kelurahan Sikumana, di mana sopi/moke rutin dikonsumsi saat acara budaya dan pertemuan sosial, memperkuat kebiasaan ini, sehingga mayoritas konsumsi berada dalam rentang 1–10 tahun. Lingkungan teman sebaya, keterikatan budaya, dan ketersediaan minuman tradisional yang murah serta mudah didapat membuat konsumsi alkohol menjadi bagian dari rutinitas yang berlangsung bertahun-tahun. Lama konsumsi ini juga menunjukkan bahwa kebiasaan minum sudah cukup lama berlangsung, namun belum mencapai tahap kronis yang biasanya ditemukan pada peminum dengan durasi lebih dari 10 tahun.

Selain itu, mayoritas responden mengonsumsi alkohol dalam jumlah lebih dari 3 gelas per sekali minum. Pola ini mencerminkan kebiasaan lokal di mana sopi/moke tidak dikonsumsi dalam jumlah kecil, melainkan dalam

porsi besar sebagai bagian dari interaksi sosial yang berlangsung lama. Minuman tradisional ini biasanya disajikan dalam wadah besar dan diminum bersama-sama, sehingga jumlah yang dikonsumsi relatif tinggi dibandingkan minuman pabrikan. Faktor ekonomi juga berperan penting, karena sopi/moke relatif murah dan mudah diperoleh, sehingga tidak ada hambatan finansial untuk mengonsumsi dalam jumlah besar. Dari perspektif kesehatan, konsumsi lebih dari 3 gelas per sesi termasuk kategori sedang hingga tinggi, yang berpotensi memengaruhi sistem hematologi, meskipun hasil penelitian menunjukkan sebagian besar kadar trombosit masih berada dalam batas normal. Pola ini memperlihatkan bahwa konsumsi alkohol di masyarakat Sikumana lebih berorientasi pada kebersamaan dan tradisi daripada sekadar rekreasi individual.

Frekuensi konsumsi yang paling umum adalah 2–3 kali seminggu, yang menunjukkan bahwa kebiasaan minum sopi/moke sudah menjadi bagian dari rutinitas mingguan masyarakat. Pola ini menunjukkan bahwa minuman tradisional dikonsumsi secara teratur, baik dalam konteks sosial maupun rekreasi. Minum 2–3 kali seminggu bisa dikategorikan sebagai konsumsi sedang, tapi kalau dikaitkan dengan minum lebih dari 3 gelas per sesi, pola ini mendekati kategori tinggi. Faktor budaya lokal yang membolehkan konsumsi alkohol, serta mudahnya akses ke minuman, memperkuat frekuensi konsumsi ini.

Dari perspektif hematologi, minum cukup sering bisa punya efek kumulatif pada sumsum tulang dan produksi trombosit, meskipun untuk

kebanyakan orang tubuh masih bisa menjaga kadar trombosit tetap dalam batas normal. Ini menunjukkan bahwa mekanisme kompensasi tubuh masih bekerja dengan baik pada usia muda, tapi tetap bisa berisiko kalau kebiasaan ini dilanjutkan dalam jangka panjang.

Selain pola konsumsi alkohol, studi ini juga menemukan bahwa sebagian besar responden merokok kurang dari 5 batang rokok per hari. Ini menunjukkan bahwa meskipun merokok cukup umum di antara peminum alkohol, intensitasnya relatif rendah. Merokok dalam jumlah kecil bisa dijelaskan oleh faktor ekonomi, karena rokok merupakan pengeluaran tambahan selain konsumsi alkohol. Selain itu, sebagian besar responden adalah mahasiswa atau lulusan SMA yang masih muda dan memiliki keterbatasan finansial, jadi konsumsi rokok mereka tidak terlalu tinggi. Dari perspektif kesehatan, meskipun jumlahnya sedikit, merokok tetap menambah risiko gangguan darah, karena nikotin dan zat beracun lainnya dalam rokok dapat memengaruhi fungsi trombosit dan sistem kardiovaskular. Namun, rendahnya intensitas merokok di antara responden ini menunjukkan bahwa alkohol merupakan faktor risiko yang lebih dominan dibandingkan rokok.

Konsumsi alkohol dalam jangka panjang punya pengaruh luas terhadap kesehatan dan sudah banyak didokumentasikan dalam literatur akademik. Di sistem hematologi, penggunaan alkohol secara kronis bisa menekan fungsi sumsum tulang, mengurangi produksi megakariosit, menurunkan kadar trombopoietin di hati, dan menyebabkan kekurangan