

BAB VII PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa aktif Angkatan 2018 Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas, didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter (63,4%) memiliki keluhan insomnia.
2. Tidak terdapat hubungan jenis kelamin dengan keluhan insomnia pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter ($p = 1,00$).
3. Tidak terdapat hubungan status merokok dengan keluhan insomnia pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter ($p = 0,398$).
4. Tidak terdapat hubungan konsumsi kopi dengan keluhan insomnia pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter ($p = 0,127$).
5. Tidak terdapat hubungan lama penggunaan *gadget* dengan keluhan insomnia pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter ($p = 0,617$).
6. Tidak terdapat hubungan *sleep hygiene* dengan keluhan insomnia pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter ($p = 0,183$).

6.2 Saran

1. Dapat dilakukan penelitian dengan analisis multivariat untuk meneliti pengaruh faktor-faktor risiko secara bersamaan dengan keluhan insomnia.
2. Penelitian selanjutnya dilakukan dengan meneliti variabel penelitian yang lebih spesifik
3. Peneliti selanjutnya menggunakan rumus besar sampel yang lain sehingga didapatkan jumlah sampel yang lebih besar untuk mendapatkan hasil yang lebih representatif