

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan mengenai “Hubungan Kualitas Tidur dengan Derajat Keparahan Akne Vulgaris pada Siswa Kelas XII di SMAN 2 Bukittinggi” maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Kualitas tidur pada siswa kelas XII di SMAN 2 Bukittinggi terbanyak adalah kualitas tidur buruk.
2. Derajat keparahan akne vulgaris pada siswa kelas XII di SMAN 2 Bukittinggi terbanyak adalah akne vulgaris derajat sedang.
3. Terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan derajat keparahan akne vulgaris pada siswa kelas XII di SMAN 2 Bukittinggi.

7.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Perlu dilakukan edukasi kepada siswa mengenai pentingnya menjaga kualitas tidur yang baik sehingga dapat melakukan pencegahan terhadap terjadinya akne vulgaris.
2. Dianjurkan untuk peneliti selanjutnya melakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor lain yang dapat mempengaruhi derajat keparahan akne vulgaris.

