

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai gambaran faktor risiko kejadian dispepsia pada mahasiswa Universitas Andalas, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Diketahui distribusi frekuensi gambaran karakteristik responden dari faktor usia, bahwa sebagian besar responden berusia 20 tahun dan dari faktor jenis kelamin, bahwa sebagian besar responden merupakan perempuan dan berasal dari angkatan 2022, sebagian besar responden bertempat tinggal di kos serta kejadian dispepsia juga lebih banyak terjadi pada mahasiswa non kesehatan.
2. Diketahui distribusi frekuensi faktor risiko kejadian dispepsia pada mahasiswa, bahwa sebagian besar dari mahasiswa memiliki pola makan kurang baik. Sebagian besar dari mahasiswa memiliki frekuensi konsumsi makanan iritatif (pedas dan asam) dan minuman iritatif dengan frekuensi konsumsi sering. Hampir dari seluruh mahasiswa mengalami stres tingkat sedang dan sebagian besar dari mahasiswa mengalami pola tidur buruk.
3. Diketahui distribusi frekuensi kejadian dispepsia pada mahasiswa, bahwa sebagian besar dari mahasiswa Universitas Andalas mengalami sindrom dispepsia.

B. Saran

1. Bagi Instansi Kesehatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber referensi dan informasi untuk memperluas pengetahuan terkait faktor risiko kejadian dispepsia khususnya pada instansi kesehatan dalam mengkaji faktor risiko kejadian dispepsia yang sering terjadi pada mahasiswa sehingga dapat memberikan edukasi pada mahasiswa maupun instansi terkait terkait hal yang seharusnya atau tidak seharusnya dilakukan. Serta dapat mengembangkan kolaborasi dengan institusi pendidikan untuk memperkuat promotif dan preventif secara komunitas.

2. Bagi Instansi Pendidikan

Diharapkan institusi pendidikan dapat lebih memperhatikan mahasiswa dan berperan aktif dalam melakukan promosi kesehatan atau penyuluhan dan penyebaran pemflet secara offline maupun online melalui media sosial terkait faktor risiko kejadian dispepsia pada mahasiswa serta mendorong terciptanya lingkungan kampus yang mendukung perilaku sehat.

3. Bagi Keperawatan

Diharapkan dapat menjadi bahan referensi dalam pembelajaran mengenai faktor risiko kejadian dispepsia serta berperan aktif dan ikut serta menjadi agen perubahan dalam mempromosikan gaya hidup sehat di lingkungan kampus dan masyarakat melalui kegiatan penyuluhan dan promosi kesehatan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat memberikan informasi lebih terkait faktor risiko kejadian dispepsia dan dapat dijadikan bahan acuan bagi peneliti selanjutnya mengenai faktor risiko kejadian dispepsia. Dikarenakan hasil penelitian ini hanya signifikan gambaran terhadap faktor risiko, maka peneliti selanjutnya disarankan dapat melanjutkan penelitian terkait pola makan dan pola hidup yang dijalani mahasiswa serta cara manajemen waktu mahasiswa dalam aktivitas dan kebiasaan makan.

