

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa :

1. Karakteristik responden pada penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 81 orang (81%), seluruh responden tinggal bersama orang tua yaitu sebanyak 100 orang (100%), status perkawinan orang tua responden terbanyak adalah masih bersama yaitu 85 orang (85%), dan urutan kelahiran responden terbanyak adalah anak ke-2 yaitu sebanyak 34 orang (69%).
2. Derajat stres pada responden sebagian besar yang mendominasi adalah stres derajat ringan, yaitu sebanyak 47 orang (47%), diikuti oleh stres derajat sedang sebanyak 46 orang (46%).
3. Derajat sindrom dispepsia pada responden paling banyak yaitu dispepsia derajat ringan, yaitu sebanyak 85 orang (85%).
4. Kecukupan/kejelasan informasi tentang COVID-19 pada responden paling banyak yaitu cukup jelas, sebanyak 86 orang (86%).
5. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, urutan kelahiran, dan status perkawinan orang tua dengan derajat sindrom dispepsia.
6. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecukupan/kejelasan sumber informasi tentang COVID-19 dengan derajat stres dan derajat sindrom dispepsia.
7. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara derajat stres dengan derajat sindrom dispepsia.

7.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti ingin menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai variabel lain yang dapat mempengaruhi derajat sindrom dispepsia, seperti pola makan, derajat ansietas, dan derajat depresi, serta bagi peneliti lain diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi untuk melakukan penelitian selanjutnya.
2. Bagi siswa diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mengenai cara mengelola stres seperti dengan melakukan ventilasi secara mandiri sehingga dapat menjalankan pendidikannya dengan kondisi emosi yang lebih positif.
3. Untuk pihak sekolah, mungkin bisa disarankan untuk melakukan koordinasi antara UKS dan orang tua siswa apabila terdapat gejala yang mengarah pada dispepsia berat atau dispepsia yang berulang untuk dilakukan pemeriksaan dan penanganan lebih lanjut ke fasilitas kesehatan, seperti puskesmas atau rumah sakit.
4. Untuk pihak sekolah, mungkin bisa mengarahkan siswa yang dicurigai sedang mengalami tekanan atau stres untuk dilakukan konseling ke guru BK, dan apabila berlanjut bisa dikonsultasikan lebih lanjut ke rumah sakit.
5. Pada penelitian yang dilaksanakan secara daring, seperti kuesioner *Google Form* (G-Form), disarankan untuk melakukan pertemuan secara umum terlebih dahulu mengenai prosedur pengisian kuesioner serta penjelasan pertanyaan dalam kuesioner dengan calon responden sebelum menyebarkan kuesioner penelitian (G-Form), misalnya melalui *Sharing Talk*, *Video Conference* (Aplikasi Zoom atau Google Meet).