

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini:

1. Sindroma dispepsia pada remaja putri di SMA N 3 Padang lebih banyak ditemukan adalah derajat ringan.
2. Remaja putri di SMA N 3 Padang yang mengalami sindroma dispepsia lebih banyak mengalami stress sedang hingga sangat berat.
3. Remaja putri di SMA N 3 Padang yang mengalami sindroma dispepsia lebih banyak memiliki pola makan yang tidak teratur.
4. Tidak ditemukan hubungan tingkat stress terhadap derajat sindroma dispepsia pada remaja putri di SMA N 3 Padang.
5. Tidak ditemukan hubungan pola makan terhadap derajat sindroma dispepsia pada remaja putri di SMA N 3 Padang.
6. Tidak ditemukan hubungan pola makan terhadap tingkat stres pada remaja putri yang mengalami sindroma dispepsia di SMA N 3 Padang.

7.2 Saran

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

1. Diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor lain yang memengaruhi sindroma dispepsia, serta penelitian lebih lanjut mengenai hubungan pola makan dan tingkat stress terhadap derajat sindroma dispepsia dengan jumlah sampel yang lebih banyak sehingga didapatkan analisis yang lebih detail.
2. Agar remaja membuat jadwal makan sehari-hari dan lebih disiplin dalam mematuhi jadwal makan yang telah ditentukan.
3. Perlunya penyuluhan atau promosi kesehatan mengenai penyakit-penyakit yang mudah terjadi pada siswa/i seperti sindroma dispepsia.