

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang menganalisis berbagai faktor yang berhubungan dengan kejadian dispepsia pada remaja di Puskesmas Makasar, Jakarta Timur, dapat disimpulkan:

5.1.1 Mayoritas responden menunjukkan tingkat pengetahuan yang baik, yaitu sebanyak 85 responden (70,8%), sebanyak 101 responden (84,2%) mengalami tingkat stress sedang, sementara 83 responden (69,2%) memiliki pola makan yang kurang sehat. Selain itu, sebanyak 98 responden (81,7%) tidak memiliki kebiasaan merokok.

5.1.2 Terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan, tingkat stress, pola makan dan kebiasaan merokok terhadap kejadian dispepsia pada remaja ($p\text{-value} < \alpha$).

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Puskesmas

Diharapkan puskesmas melakukan pemeriksaan awal terhadap pasien dengan faktor risiko tinggi, seperti mereka yang sering mengalami stres atau memiliki kebiasaan makan tidak teratur, serta menyediakan pemeriksaan tambahan bagi pasien dengan gejala persisten untuk mendeteksi kemungkinan adanya penyakit penyerta dan riwayat penyakit sebelumnya.

5.2.2 Bagi Remaja

Diharapkan bahwa penelitian ini akan memberikan informasi, untuk menambah pengetahuan, dan meningkatkan kesadaran responden tentang bukti adanya hubungan antara tingkat stress, pola makan dan kebiasaan merokok dengan kejadian dispepsia pada remaja di Puskesmas Makasar Jakarta Timur.

5.2.3 Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan UNAS

Diharapkan fakultas ilmu kesehatan dalam menjalin kerja sama dengan puskesmas dalam penyuluhan atau penelitian lebih lanjut terkait kesehatan remaja.

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode campuran selain kuesioner, dengan mempertimbangkan teknik wawancara mendalam atau studi kasus untuk mendapatkan data yang lebih komprehensif.

