

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, bisa diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Kemampuan mekanisme koping mahasiswa dengan gastritis akut di Poliklinik Umum Rumah Sakit Universitas Brawijaya sebagian besar memiliki kemampuan mekanisme koping maladaptif yaitu sebanyak 19 mahasiswa (53%).
2. Frekuensi kekambuhan gastritis akut pada mahasiswa di Poliklinik Umum Rumah Sakit Universitas Brawijaya sebagian besar mengalami kekambuhan kadang-kadang dan sering masing-masing sebanyak 12 responden (33%).
3. Terdapat hubungan antara kemampuan mekanisme koping dan frekuensi kekambuhan gastritis akut pada mahasiswa di Poliklinik Umum Rumah Sakit Universitas Brawijaya dengan arah yang negatif dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan r hitung sebesar -0,758.

7.2 Saran

7.2.1 Saran Metodologis

- a. Untuk penelitian selanjutnya perlu dilakukan dengan sample yang sama banyak di masing-masing Fakultas, sehingga dapat diketahui perbedaan prosentase masing-masing Fakultas.
- b. Dapat diteliti lebih lanjut faktor apa yang menyebabkan gastritis tersebut kambuh.

- c. Disarankan untuk meneliti stressor yang lebih berpengaruh pada kemampuan mekanisme koping antara stressor yang berasal dari akademik atau non akademik.

7.2.2 Saran Praktis

- a. Untuk frekuensi makan, sebaiknya responden dapat memenuhi konsumsi makanan lengkap dan makanan selingan sebanyak tiga kali dalam sehari.
- b. Hindari konsumsi makanan pedas dan asam, serta minuman bersoda terlalu sering untuk menghindari kekambuhan gastritis berulang.
- c. Selain itu, responden baik yang gastritis maupun yang tidak gastritis untuk tidak mengonsumsi minuman beralkohol serta membatasi kebiasaan meminum kopi, merokok, dan penggunaan obat anti inflamasi non steroid karena efek yang ditimbulkan akan membawa dampak negatif untuk kesehatan.
- d. Saran utama bagi responden adalah menggunakan kesempatan pendampingan dengan dosen pendamping akademik untuk berkonsultasi mengenai masalah yang dihadapi serta menjalin relasi dengan teman untuk membantu proses perkuliahan.