

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Kesimpulan yang diperoleh berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan sebagai berikut:

- a. Gambaran distribusi frekuensi sindrom dispepsia pada remaja wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Palmerah tahun 2020 adalah dari 400 responden sebanyak 313 responden (78,3%) mengalami sindrom dispepsia dan 87 responden (21,8%) tidak mengalami sindrom dispepsia.
- b. Gambaran distribusi frekuensi variabel independen pada remaja wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Palmerah tahun 2020 yaitu paling banyak responden berusia ≤ 21 tahun sebesar 66,2%, berjenis kelamin perempuan sebesar 68%, memiliki frekuensi makan kurang baik sebesar 56,7%, memiliki jeda makan baik sebesar 62%, memiliki kebiasaan sarapan kurang baik sebesar 55%, memiliki frekuensi konsumsi makanan pedas dengan sering sebesar 47%, tidak mengonsumsi makanan asam sebesar 61,5%, memiliki frekuensi konsumsi kopi dengan sering sebesar 44,2%, tidak mengonsumsi minuman berisiko sebesar 57,0%, memiliki kebiasaan olahraga kurang baik sebesar 61,0%, tidak merokok sebesar 80,3% dan memiliki kondisi stres sebesar 62,5%.
- c. Karakteristik responden yang berisiko dengan sindrom dispepsia pada remaja wilayah kerja Puskesmas Kecamatan ialah variabel jenis kelamin (*p value* 0,000) dan variabel usia tidak berisiko.
- d. Pola makan yang berisiko dengan sindrom dispepsia pada remaja wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Palmerah ialah variabel konsumsi makanan pedas pada kategori jarang terhadap sering (*p value* 0,004), konsumsi makanan asam pada kategori jarang terhadap sering (*p value* 0,005), konsumsi minuman berisiko pada kategori jarang terhadap

- e. sering (*p value* 0,006). Namun, variabel frekuensi makan, jeda makan, kebiasaan sarapan, dan konsumsi kopi tidak berisiko.
- f. Tidak ada variabel gaya hidup (kebiasaan olahraga dan status merokok) yang berisiko dengan sindrom dispepsia pada remaja wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Palmerah tahun 2020.
- g. Variabel kondisi stres (*p value* 0,000) memiliki risiko dengan sindrom dispepsia pada remaja wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Palmerah tahun 2020.
- h. Variabel independen yang paling berhubungan dengan sindrom dispepsia pada remaja wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Palmerah tahun 2020 adalah variabel kondisi stres dengan nilai POR = 3,7 (95% CI: 2,2-6,2).

V.2 Saran

- a. Remaja
Mengurangi konsumsi minuman berisiko secara berlebihan karena akan meningkatkan gangguan pada lambung dan mengatur pikiran serta perasaan dengan baik sehingga tidak mudah mengalami kondisi stres.
- b. Bagi Puskesmas atau Instansi Kesehatan terkait
Mengadakan promosi kesehatan secara rutin kepada remaja terkait gangguan pencernaan yang banyak terjadi pada remaja tetapi sering diabaikan yaitu dispepsia.
- c. Peneliti selanjutnya
Dilakukan penelitian lebih lanjut terkait dispepsia, karena masih banyak faktor yang perlu diteliti seperti konsumsi obat NSAID, infeksi bakteri *Helicobacter pylori* dan Indeks Massa Tubuh (IMT), dapat dibuat dengan mempertimbangkan desain penelitian lain seperti desain *case control* untuk membuat hubungan sebab akibat lebih jelas.