

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan stres dengan timbulnya akne vulgaris pada siswa remaja kelas 8 SMPN 12 Kota Tasikmalaya, kesimpulan penelitian adalah sebagai berikut :

1. Hasil penelitian menunjukkan tingkat stres pada siswa remaja kelas 8 SMPN 12 Kota Tasikmalaya sebagian besar adalah stress sedang (19-25) yaitu sebanyak 31 responden (38,8%).
2. Hasil penelitian menunjukkan tingkat penderita akne vulgaris sebagian besar adalah tingkat 2 (komedo, papula dan pustula pada wajah) sebanyak 37 responden (46,2%).
3. Ada hubungan antara stres dengan timbulnya akne vulgaris pada siswa remaja kelas 8 SMPN 12 Kota Tasikmalaya dengan nilai *p-value* 0,000.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menyarankan kepada beberapa pihak yang terlibat dalam upaya meningkatkan motivasi ibu dalam mengimunitasikan campak kepada anaknya, yaitu :

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengalaman dalam melakukan penelitian dan menambah pengetahuan serta wawasan peneliti mengenai hubungan stres dengan timbulnya akne vulgaris sehingga peneliti dapat memberikan konseling atau pendidikan kesehatan kepada siswa remaja mengenai cara mencegah stres sebagai salah satu faktor penyebab dari akne vulgaris.

2. Bagi Siswa

Saran bagi siswa remaja diharapkan untuk memperhatikan dan memilih cara-cara yang tepat untuk dapat menurunkan tingkat stres yang dialami, misalnya dengan bercerita kepada orangtua atau guru untuk dapat menyelesaikan masalah, tidur dan istirahat yang cukup, pergi berlibur bersama teman, atau melakukan kegiatan lain yang sifatnya menyenangkan dan mengurangi ketegangan akibat stres. Kecenderungan remaja untuk melakukan *self-disclosure* akan lebih bermanfaat apabila dilakukan pada waktu dan porsi yang tepat.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Penulis menyarankan agar pihak sekolah memiliki program yang riil seperti pendekatan yang baik pada setiap siswa dan penanaman kepercayaan diri pada siswa seperti adanya pembelajaran tentang tumbuh kembang karakter yang baik pada siswa untuk mampu mengendalikan dan mengurangi stres serta mengurangi maupun mencegah timbulnya perilaku negatif di sekolah. Dapat lebih selektif dalam menentukan waktu pelaksanaan kegiatan, pemilihan kegiatanjeda waktu antara kegiatan satu

dengan lainnya serta jumlah kegiatan yang bisa diikuti oleh siswa. Pihak sekolah juga dapat mengoptimalkan kegiatan dengan mengurangi jumlah kegiatan yang diikuti atau lebih memperhatikan siswa seperti diadakan konsultasi sebelum dilakukan pemilihan kegiatan.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penulis merekomendasikan kepada peneliti selanjutnya untuk meneliti faktor lain yang dapat mengakibatkan akne vulgaris pada seseorang karena terjadinya akne vulgaris disebabkan banyak faktor, sehingga tidak hanya diukur dari faktor stres saja. Penelitian yang dapat dilakukan adalah dengan metode *cohort* untuk mendapatkan hasil yang lebih akurat.

