

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. Mahasiswa dan mahasiswi FK Unila lebih banyak memiliki pola konsumsi makanan yang mengandung cukup lemak sebanyak 53 orang (60,2%), mengalami stres yaitu ada sebanyak 45 orang (51,1%), dan paling banyak menderita akne ringan dengan angka kejadian sebanyak 36 orang (40,9%).
2. Terdapat hubungan yang bermakna antara diet tinggi lemak dengan kejadian akne vulgaris yang memiliki peluang untuk menderita akne vulgaris sebesar 3,829 atau 3,8 kali lebih besar dibandingkan dengan yang memiliki pola diet cukup lemak
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara stres dengan kejadian akne vulgaris yang memiliki peluang untuk menderita akne vulgaris sebesar 4,442 atau 4,4 kali lebih besar dibandingkan dengan yang tidak stres.

5.2 Saran

1. Bagi subjek penelitian agar lebih memperhatikan asupan makanan yang mengandung lemak karena memiliki resiko untuk timbulnya akne vulgaris.
2. Bagi subjek penelitian lebih memperhatikan pencegahan stres dan menerapkan coping mechanism pada subjek penelitian yang memiliki stres ringan, sedang, berat, dan sangat berat.
3. Bagi subjek penelitian dan masyarakat agar lebih memperhatikan dalam pengelolaan stres apabila ingin terhindar dari akne vulgaris.
4. Bagi peneliti lain disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut untuk melihat faktor lain yang memicu timbulnya akne vulgaris.