

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Kenaikan tekanan darah lebih dari normal tidak berhubungan dengan kejadian GERD pada karyawan PT L.
2. Insomnia tidak berhubungan dengan kejadian GERD pada karyawan PT L.
3. Obesitas abdominal tidak berhubungan dengan kejadian GERD pada karyawan PT L.
4. Indeks Massa Tubuh lebih dari normal berhubungan dengan kejadian GERD pada karyawan PT L.
5. Merokok berhubungan dengan kejadian GERD pada karyawan PT L.
6. Mengonsumsi minuman beralkohol tidak berhubungan dengan kejadian GERD pada karyawan PT L.
7. Mengonsumsi kopi berhubungan dengan kejadian GERD pada karyawan PT L.

5.2 Saran

1. Sebaiknya dilakukan penelitian lanjutan terhadap subjek perempuan dan laki-laki untuk meneliti pengaruh hormonal.
2. Sebaiknya dilakukan penelitian lanjutan terhadap durasi atau kuantitas merokok, mengonsumsi minuman beralkohol dan kopi dengan kejadian GERD.
3. Sebaiknya dilakukan penelitian lanjutan untuk menggunakan jumlah sampel lebih banyak.
4. Memberikan edukasi pada karyawan untuk menjaga berat badan ideal, membatasi konsumsi kopi, alkohol, dan menghindari merokok.