

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Simpulan dari hasil penelitian ini adalah:

- Kecenderungan gangguan psikosomatis pada mahasiswa FK UKM Angkatan 2018 adalah sebanyak 63% dengan tingkat gejala somatis terbanyak adalah ringan dengan persentase 26%.
- Kecenderungan gangguan psikosomatis pada mahasiswa FK UKM Angkatan 2018 didapatkan lebih banyak pada responden perempuan dengan persentase 67% dibandingkan dengan responden laki-laki dengan persentase 54%.
- Gejala somatis yang paling banyak dialami mahasiswa FK UKM Angkatan 2018 adalah sakit kepala pada persentase 58% responden. Gejala somatis terbanyak pada responden perempuan adalah sakit punggung dengan persentase 64% dan gejala somatis terbanyak pada responden laki-laki adalah merasa lelah atau tidak bertenaga dengan persentase 58%.
- Sebanyak 35% mahasiswa FK UKM Angkatan 2018 memiliki kecenderungan gangguan psikosomatis yang disertai dengan depresi, kecemasan, stres, atau kombinasi dari dua atau ketiga gangguan tersebut. Gangguan penyerta yang paling banyak didapatkan adalah kecemasan pada 33% responden.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, saran yang dapat peneliti usulkan adalah:

- a. Bagi para dokter dan mahasiswa fakultas kedokteran diharapkan dapat lebih memahami gangguan psikosomatis dan membantu meningkatkan kesadaran gangguan psikosomatis di masyarakat.
- b. Bagi pihak kampus dapat membagikan kuesioner ataupun berdiskusi dengan mahasiswa untuk lebih memahami penyebab gangguan kesehatan mental pada mahasiswa dan menentukan kebijakan baru untuk menurunkan angka gangguan kesehatan mental pada mahasiswa.
- c. Bagi mahasiswa yang merasa memiliki masalah kesehatan mental ataupun merasa tidak nyaman dengan berbagai keluhan psikosomatis yang dirasakan, dapat mempertimbangkan untuk mengunjungi psikolog ataupun psikiater.
- d. Bagi penelitian selanjutnya dapat dilakukan setelah pandemi COVID-19 berakhir dan dengan menyertai pemeriksaan klinis untuk mengetahui tidak hanya kecenderungan gangguan psikosomatis, tetapi juga diagnosis kerja secara pasti.