

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka didapatkan kesimpulan mengenai penelitian ini sebagai berikut:

1. Gambaran keadaan responden rata-rata mengalami stres sedang dan cukup banyak yang mengalami stres berat sebelum dilakukannya pendekatan edukatif tentang *coping mechanism* sebagai upaya pencegahan stres pada orang tua SDN Cibungur tahun 2021.
2. Gambaran keadaan responden rata-rata mengalami stres sedang dan cukup banyak yang mengalami stres ringan sebelum dilakukannya pendekatan edukatif tentang *coping mechanism* sebagai upaya pencegahan stres pada orang tua SDN Cibungur tahun 2021
3. Terdapat perbedaan tingkat stres antara sebelum dan setelah intervensi pendekatan edukatif tentang *coping mechanism* sebagai upaya pencegahan stres pada orang tua SDN Cibungur tahun 2021.

5.2 Saran

Adapun saran yang dari hasil penelitian ini yaitu:

1. Bagi Prodi Kesehatan Masyarakat

Sebagai bahan informasi dan database, penelitian ini dapat digunakan sebagai rujukan upaya promosi kesehatan dalam rangka meningkatkan

kualitas dan pengetahuan mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Bhakti Kencana mengenai pendekatan edukatif tentang *coping mechanism* sebagai upaya pencegahan stres pada orang tua SDN Cibungur tahun 2021.

2. Bagi Institusi Penelitian

Institusi terkait diharapkan dapat memberikan informasi sebagai bahan masukan mengenai pendekatan edukatif tentang *coping mechanism* sebagai upaya pencegahan stres pada orang tua siswa SDN Cibungur. Sehingga diharapkan proses pembelajaran dari rumah berjalan seoptimal mungkin demi mempertahankan kualitas pendidikan SDN Cibungur dalam kondisi pandemi COVID-19.

3. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat meningkatkan kemampuan meneliti melalui analisis masalah dan menambahkan wawasan di lapangan. Sebagai mahasiswa maupun lulusan kesehatan masyarakat, diharapkan dapat berperan aktif dalam melakukan upaya promosi kesehatan secara berkelanjutan khususnya dalam hal terkait dengan penelitian ini mengenai pendekatan edukatif tentang *coping mechanism* sehingga mampu menerapkan ilmu yang didapatkan sewaktu menempuh pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Bhakti Kencana.