

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian “*Literature Review : Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Gastritis*”, analisis kritis terhadap 8 jurnal studi yang menjadi sampel pada *literature review* ini, kesimpulannya sebagai berikut:

1. Hasil penelitian menunjukkan tingkat stress yang dialami responden dengan ragam kategori mulai dari tingkat stress ringan, sedang, berat dan berat sekali. Tingkat stress pada responden dapat terjadi karena berbagai permasalahan setiap harinya dan yang paling sering dirasakan yaitu pada ibu rumah tangga, serta pada responden yang bekerja.
2. Hasil penelitian menunjukkan kejadian gastritis dapat terjadi pada seluruh kalangan, akan tetapi hasil *literature review* paling tertinggi dialami oleh usia produktif, dan lebih besar dialami oleh wanita dibandingkan laki-laki. Hasil penelitian menunjukkan kejadian gastritis dapat terulang kembali dan jika kekambuhan terulang terus-menerus atau bahkan menjadi lebih parah dapat berdampak tidak baik kepada kondisi kesehatan yang berakibat terjadinya komplikasi seperti anemia pemeosiosa, gangguan dalam menyerap zat besi, serta penyempitan pada bagian pilorus.
3. Hasil penelitian-penelitian dari 7 jurnal penelitian diperoleh adanya hubungan antara tingkat stress dengan kejadian gastritis hal ini karena stress dapat mengakibatkan *neuroendokrin* pada saluran cerna hingga

memiliki resiko terjadinya gastritis, akibat stress yang memicu kemarahan, atau tekanan emosi yang tinggi dapat merangsang peningkatan sekresi asam lambung sebesar 50 ml/jam. Peningkatan kadar HCl dapat mengiritasi mukosa lambung dan menyebabkan gastritis.

Hasil 1 jurnal diperoleh tidak adanya hubungan antara tingkat stress dengan kejadian gastritis karena berdasarkan penelitian kemungkinan adanya faktor lain yang dapat mempengaruhi kejadian gastritis seperti faktor pola makan, jenis makanan.

## 6.2 Saran

### 1. Bagi Perawat

Hasil *literature review* terkait hubungan tingkat stress dengan kejadian gastritis diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran untuk meningkatkan pengetahuan dan tindakan pelaksanaan intervensi keperawatan mengenai kejadian gastritis, dan perlunya penjelasan atau pendidikan kesehatan yang dilakukan oleh perawat kepada pasien gastritis salah satunya tentang cara pencegahan kambuh ulang gastritis salah satunya dengan memberikan penjelasan mengenai cara-cara mengatasi stress dengan baik sehingga peneliti harapkan tidak mengalami kejadian gastritis atau kumat secara berulang di lain waktu.

### 2. Bagi Instituti

Peneliti berharap penelitian ini bisa menjadi sumber informasi serta referensi mengenai tingkat stress dan kejadian gastritis, sehingga

disarankan agar dapat melakukan pengembangan cara pencegahan mengurangi tingkat stress.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan bisa dipakai oleh penelitian selanjutnya untuk acuan dasar penelitian dengan tema yang sama, dan disarankan kepada peneliti selanjutnya jika akan melakukan penelitian agar bisa lebih mencari intervensi lain, selain intervensi pada penelitian saat ini sehingga penelitian selanjutnya bisa lebih baik lagi, dan hasil penelitian selanjutnya bisa lebih mengetahui lagi faktor lain yang dapat mempengaruhi kejadian gastritis, serta pencegahan yang dapat dilakukan dalam upaya mencegah kembali kekambuhan penyakit gastritis.