

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

1. Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap data primer 46 Mahasiswa FKIK UNHAN RI *Cohort 2* yang memenuhi kriteria inklusi dan telah mengerjakan kuesioner Zung *Self-Rating Anxiety Scale* dengan hasil kecemasan ringan sejumlah 44 orang (95.7%) dan kecemasan sedang sejumlah 2 orang (4.3%).
2. Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap data primer 46 Mahasiswa FKIK UNHAN RI *Cohort 2* yang memenuhi kriteria inklusi dan telah mengerjakan kuesioner *Patient Health Questionnaire-15* dengan hasil yang tidak mengalami psikosomatis sebanyak 26 orang (56.5%), psikosomatis ringan sejumlah 9 orang (19.5%), psikosomatis sedang sejumlah 6 orang (13%), dan psikosomatis berat sejumlah 5 orang (11%).
3. Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap data primer 46 Mahasiswa FKIK UNHAN RI *Cohort 2* yang memenuhi kriteria inklusi dan telah mengerjakan kuesioner Zung *Self-Rating Anxiety Scale* dan *Patient Health Questionnaire-15* menghasilkan hubungan positif lemah yang menunjukkan terdapat hubungan bermakna antara kecemasan dengan gangguan psikosomatis akan tetapi dengan kekuatan hubungan yang tergolong lemah atau tidak konsisten pada Mahasiswa FKIK UNHAN RI *Cohort 2*.

5.2 Saran

1. Mahasiswa FKIK UNHAN RI *Cohort 2* diharapkan dapat lebih menyadari, mengerti, dan mampu mendeteksi dini tanpa menegakkan diagnosa itu sendiri sebagai bentuk pencegahan terjadinya psikosomatis. Mahasiswa FKIK UNHAN RI *Cohort 2* juga diharapkan untuk dapat melatih kemampuan dalam mengelola emosinya ketika cemas.

2. Peneliti berharap agar Universitas Pertahanan dapat membuat sosialisasi tentang kecemasan dan hubungannya dengan psikosomatis sehingga gejala-gejala psikosomatis dapat lebih dikenal serta berupaya membantu mahasiswa dalam mengendalikan gejala emosi agar kecenderungan gangguan psikosomatis tidak terjadi.
3. Peneliti berharap penelitian ini dikembangkan serta dilanjutkan menggunakan variabel lainnya. Peneliti juga berharap peneliti selanjutnya dapat menambah jumlah responden, subjek, dan kondisi yang berbeda dengan tujuan memperdalam, memperjelas, dan memberikan temuan baru terkait kecemasan dan psikosomatis.