

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- 6.1.1 Karakteristik mahasiswa di Asrama Swadaya Bomou Abepura Kota Jayapura yang berumur 17 tahun-25 tahun sebanyak 29 mahasiswa (96.7%) dan umur 26 tahun-36 tahun 1 mahasiswa (3.3%), 30 mahasiswa (100.0%) berjenis kelamin laki-laki dan berpendidikan SMA, pekerjaan orang tua dari 24 mahasiswa (80.0%) bekerja sebagai petani dan 6 mahasiswa (20.0%) bekerja sebagai pegawai negeri sipil (PNS), orang tua dari 24 mahasiswa (80.0%) berpenghasilan minimum dan 6 mahasiswa (20.0%) berpenghasilan maksimum.
- 6.1.2 Distribusi frekuensi mahasiswa berdasarkan masalah status kesehatan keseluruhannya 30 mahasiswa (100.0%) sangat rendah.
- 6.1.3 Distribusi frekuensi mahasiswa berdasarkan masalah lingkungan 30 mahasiswa (100.0%) sangat rendah.
- 6.1.4 Distribusi frekuensi berdasarkan masalah pola hidup bersih dan sehat 4 mahasiswa (13.3%) baik, 25 mahasiswa (83.3%) rendah dan 1 mahasiswa (3.3%) sangat rendah.
- 6.1.5 Distribusi frekuensi berdasarkan masalah asupan gizi 7 mahasiswa (23.3%) rendah dan 23 mahasiswa (76.7%) sangat rendah.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Penghuni Asrama

6.2.1.1 Masalah Status Kesehatan

Diharapkan kepada mahasiswa di Asrama Swadaya Bomou Abepura dapat mencari informasi dan berusaha meningkatkan derajat kesehatan dalam kehidupan sehari-hari di Asrama. Agar, tidak lagi mengalami masalah kesehatan yang sama seperti yang sering dialami.

6.2.1.2 Masalah Lingkungan

Peneliti dalam penelitian menemukan di Asrama Swadaya Bomou Abepura tampak kumuh di dalam kamar, seperti baju masih bergantung dan tidak terurus baik, ruangan dan kamar jarang di-pel lantainya. Maka, disarankan pakaian dicuci bersih dan menyimpan secara rapi dalam tas atau lemari masing-masing mahasiswa, pengurus Asrama bisa dibuat jadwal agar setiap hari dapat dibersihkan ruangan dan kamar serta lingkungan Asrama. Memberantas jentik di kamar, ruangan dan lingkungan asrama dengan cara bersihkan secara berkelanjutan

6.2.1.3 Masalah PHBS

Disarankan kepada mahasiswa di Asrama Swadaya Bomou Abepura agar;

- a. Menggunakan air bersih dalam memasak makanan dan konsumsi air bersih yang telah dimasak dengan 100 % derajat celcius
- b. Mencuci tangan dengan air bersih menggunakan sabun
Mencuci tangan dengan air mengalir atau kran menggunakan sabun setelah dan sebelum beraktivitas di lingkungan asrama terutama sebelum makan dan usai lakukan aktivitas di luar Asrama.
- c. Bersihkan jamban dengan alat pembersih WC secara berkelanjutan
- d. Melakukan aktivitas fisik setiap hari, seperti berolahraga pada pagi dan sore hari minimal 30 menit untuk menjaga kestabilan tubuh

6.1.2.4 Masalah Asupan Gizi

- a. Usahakan makan buah dan sayur setiap hari
- b. Agar memenuhi kebutuhan makanan, disarankan agar mahasiswa dapat membuat sebuah para-para atau gudang untuk menampung makanan. Supaya, asupan gizi terpenuhi setiap hari.
- c. Manfaatkan pekarangan Asrama untuk menanam sayur-sayuran dan umbi-umbian agar dapat memenuhi kebutuhan makanan setiap hari.

6.2.2 Bagi Institut Pendidikan / Akademik

Diharapkan melalui hasil penelitian yang diperoleh dapat dijadikan suatu acuan bagi akademik dalam meningkatkan pembelajaran mahasiswa dan kehidupan berasma di Kota Jayapura.

6.2.3 Bagi Peneliti

Belajar mengasah kemampuan meneliti dan peduli terhadap profesi perawat, serta mendorong penulis untuk memulai dan terus mampu mengembangkan diri, berpandangan luas dan bersikap profesional.

6.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi yang akan melakukan penelitian selanjutnya, dapat melakukan penelitian yang berkaitan dengan masalah-masalah kesehatan lainnya seperti pola istirahat dan tidur.