

BAB 7

SIMPULAN DAN SARAN

7.1 Simpulan

Telah dibuktikan bahwa penurunan respons imun pada pekerja *shift* malam dapat dijelaskan melalui konsep psikoneuroimunologi. Perubahan *circadian rhythm* dapat diterima sebagai *stressor* dan dapat pula diadaptasikan. Respons imun yang menurun akibat dari adanya *stressor* memberikan gambaran respons kortisol yang meningkat. Penurunan respons imun dari komponen innate immunity khususnya pada selnetrofil yang berperan pada infeksi radang akut.

Pada kelompok pekerja *shift* yang dapat beradaptasi memberikan gambaran respons hormon kortisol yang menurun dan respons sel netrofil meningkat. Penurunan respons hormon kortisol pada kelompok adaptasi menunjukkan keberhasilan *coping mechanism*. Adanya *stressor* fisik yang cukup lama (kronis) pada kelompok kontrol dapat diadaptasi oleh tubuh sehingga tidak menimbulkan pengaruh terhadap respons imun, oleh karena telah diadaptasi melalui *coping mechanism*.

7.2 Saran

1. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut, untuk mempelajari pengaruh *circadian rhythm* terhadap komponen *cell mediated immunity*.
2. Perlu dilakukan penelitian dengan menggunakan kelompok kontrol dari pekerja administrasi, untuk mengurangi beban fisik yang dapat mempengaruhi respons neuroendokrin.