

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dalam menganalisis dan mengetahui hubungan regulasi emosi dengan intensitas dismenorea primer pada remaja putri di SMA Negeri 9 Depok, peneliti menyimpulkan hasil sebagai berikut :

- a. Gambaran hasil data karakteristik responden terhadap 52 responden remaja putri kelas X dan XI di SMA Negeri 9 Depok didapatkan hasil karakteristik usia responden rata-rata remaja yaitu 16,25 atau 16 tahun dengan usia minimal responden yaitu 15 tahun dan usia maksimal responden yaitu 18 tahun, sebanyak 6 responden (11,5%) berusia 15 tahun, 33 responden (63,5%) berusia 16 tahun, 7 responden (13,5) berusia 17 tahun dan 6 responden (11,5%) berusia 18 tahun. Karakteristik responden berdasarkan usia *menarche* yaitu pada usia 11-13 tahun berjumlah 31 siswi (59,6 %), usia >13 tahun berjumlah 13 siswi (25 %) dan usia <11 tahun berjumlah 8 siswi (15,4 %). Karakteristik responden berdasarkan lama menstruasi yaitu lama menstruasi 3-8 hari berjumlah 43 siswi (82,7 %) dan lama menstruasi <3 hari dan diatas >8 hari berjumlah 9 siswi (17,3 %).
- b. Hasil uji statistik distribusi frekuensi regulasi emosi pada remaja putri di SMA Negeri 9 Depok yang berjumlah 52 responden didapatkan hasil regulasi emosi sedang berjumlah 46 siswi (88,5 %), regulasi emosi rendah berjumlah 3 siswi (5,8 %) dan regulasi emosi tinggi berjumlah 3 siswi (5,8 %).
- c. Hasil uji statistik distribusi rata-rata intensitas dismenorea primer pada remaja putri di SMA Negeri 9 Depok yang berjumlah 52 responden didapatkan hasil intensitas dismenorea rata-rata responden mengalami nyeri dismenore pada skala 4,83 atau skala 5 yang dapat dikatakan nyeri sedang, nyeri terendah ada pada skala 1 dan nyeri tertinggi pada skala 8. Responden yang mengalami nyeri skala 1 berjumlah 3 siswi (5,8 %), skala

2 berjumlah 6 siswi (11,5 %), skala 3 berjumlah 3 siswi (5,8 %), skala 4 berjumlah 10 siswi (19,2 %), skala 5 berjumlah 11 siswi (21,2 %), skala 6 berjumlah 5 siswi (9,6 %), skala 7 berjumlah 10 siswi (19,2 %) dan skala 8 berjumlah 4 siswi (7,7 %).

- d. Didapatkan data indikator dismenorea terdapat 39 siswi (75 %) mengalami nyeri pada perut bagian bawah, 17 siswi (32,6 %) mengalami lemah, lelah, letih, lesu dan lalai, 3 siswi (5,7 %) mengalami mual dan muntah, 31 siswi (59,6 %) mengalami pinggang terasa pegal dan 38 siswi (73 %) mengalami perasaan menjadi lebih sensitif dan mudah marah.
- e. Hasil uji statistik uji korelasi *Pearson* didapatkan nilai p value 0,001 menunjukkan bahwa nilai p value < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan secara signifikan antara regulasi emosi dengan intensitas dismenorea remaja putri di SMA Negeri 9 Depok.
- f. Hasil analisa korelasi *Pearson (Pearson Correlation)* 0,463 yang menunjukkan bahwa derajat hubungan kedua variabel berkorelasi sedang dan bernilai positif artinya semakin dapat mengendalikan emosi atau mengatur emosi maka intensitas nyeri semakin rendah dan dapat mentoleransi nyeri dengan baik.

V.2 Saran

Beberapa hal yang perlu diperhatikan sebagai masukan untuk pihak terkait dengan topik penelitian ini, yaitu :

a. Bagi Remaja Putri

Diharapkan remaja putri dapat mengetahui informasi tentang regulasi emosi dengan intensitas dismenorea, sehingga remaja dapat mengendalikan emosinya saat mengalami dismenorea primer yang dirasakan.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan untuk sekolah mampu berperan dalam mengembangkan UKS untuk aktif memberikan edukasi kepada remaja mengenai regulasi emosi pada remaja. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sebuah referensi yang informatif untuk dapat dikembangkan dan diaplikasikan kepada

pengajar dan mahasiswa keperawatan serta menjadi acuan dalam pembelajaran tentang regulasi emosi dan intensitas dismenorea primer.

c. Bagi Perawat

Diharapkan penelitian ini menjadi acuan kepada tenaga kesehatan khususnya perawat untuk dapat memberikan informasi mengenai regulasi emosi dan diharapkan dapat memberikan informasi mengenai status emosional dapat mempengaruhi persepsi nyeri individu.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi untuk pengembangan ilmu keperawatan khususnya mengenai regulasi emosi remaja. Selanjutnya diharapkan juga dapat menambah dasar materi dan wawasan untuk peneliti selanjutnya untuk mengembangkan informasi yang didapat dari penelitian ini.

e. Bagi Masyarakat

Diharapkan penelitian ini bisa menambah wawasan dan informasi bagi masyarakat mengenai regulasi emosi pada saat mengalami dismenorea.