

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan, maka dapat diambil kesimpulan,

- a. Mayoritas responden berusia 14 tahun (76,8%) dengan rentang usia 14-15 tahun.
- b. Distribusi proporsi siswi kelas 3 SMP Fullday School Al-Muhajirin yang mengalami dismenore adalah 69.6%.
- c. Sebagian besar siswi kelas 3 yang mengalami dismenore tergolong kedalam dismenore derajat sedang sebanyak 41.1%.
- d. Distribusi proporsi siswi kelas 3 SMP Fullday School Al-Muhajirin yang memiliki riwayat keluarga dismenore adalah 58.9%.
- e. Terdapat hubungan yang bermakna antara riwayat keluarga dengan kejadian dismenore pada siswi kelas 3 SMP Fullday School Al-Muhajirin kabupaten Purwakara. Hal tersebut dibuktikan dengan uji statistik *chi square* dan diperoleh nilai P value $0,001 < 0,05$.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Siswi

Siswi diharapkan dapat menghindari faktor risiko yang dapat meningkatkan keparahan dari dismenore. Selain itu siswi juga dapat melakukan pencegahan serta mengetahui tatalaksana yang harus dilakukan jika terjadi dismenore.

V.2.2 Bagi Sekolah

Pihak sekolah lebih berperan aktif dalam memberikan informasi kepada siswi terkait dengan dismenore khususnya siswi dengan riwayat keluarga dismenore, agar para siswi dapat lebih memperhatikan kesehatan dirinya, sehingga hal ini tidak menjadi kendala dalam menjalani aktifitas di sekolah.

V.2.3 Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan dapat memberikan edukasi kepada anak perempuannya terkait dengan dismenore. Khususnya kepada ibu yang mengalami dismenore, dengan pembekalan informasi diharapkan anak dapat lebih siap dan paham terkait perubahan yang akan terjadi pada fungsi tubuhnya, salah satunya terkait kejadian dismenore atau nyeri menstruasi.

V.2.4 Bagi Peneliti Lain

Peneliti selanjutnya dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi dan diharapkan dapat meneliti faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti *Body Mass Index* (BMI) atau *usia menarche* dan dapat menambah jumlah responden.