

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan data yang diperoleh melalui pengisian kuesioner dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Karakteristik responden pada remaja di STIKES Muhammadiyah Klaten pada umur min 18 tahun, max usia 21 tahun. Menarche pada umur min 11 tahun, max 14 tahun. Pendidikan terbanyak adalah SMK 24 orang (60%).
2. Karakteristik responden pada remaja di STIKES Muhammadiyah Klaten tingkat nyeri menstruasi adalah ringan 13 orang (32,5%), sedang 20 orang (50%), dan berat 7 orang (17,5%). Dan terbanyak adalah nyeri sedang 20 orang (50%).

#### **B. Saran**

##### 1. Remaja

Remaja dapat mencari informasi lainnya tentang kesehatan reproduksi remaja khususnya nyeri menstruasi sehingga tingkat nyeri pada saat menstruasi bisa berkurang.

##### 2. Institusi pendidikan

- a. Institusi pendidikan diharapkan bisa memberikan penyuluhan tentang nyeri menstruasi dan hal – hal yang berkaitan dengan nyeri menstruasi seperti cara penanganan dll.
- b. Institusi pendidikan dapat memberikan informasi/ilmu yang berkaitan dengan nyeri menstruasi.
- c. Menyediakan konseling tentang nyeri menstruasi untuk remaja wanita yang sedang haid.

##### 3. Tenaga kesehatan (perawat & bidan)

- a. Melakukan pendekatan pada remaja melalui pengemangan Pusat Informasi dan Konseling Kesehatan Reproduksi Remaja (PIK KRR) baik di kampus atau organisasi pemuda.
- b. Menjadi narasumber dalam pelatihan konselor teman sebaya yangn diadakan di puskesmas yang bekerja sama dengan pihak universitas.

- c. Melakukan sosialisasi program KRR kesesama universitas yang ada di wilayahnya terutama tentang TRIAD KRR (Seksualitas, HIV/AIDS, dan Napza).
  - d. Mengadakan pertemuan rutin dengan remaja putri secara berkala untuk membahas masalah – masalah KRR yang dialami oleh remaja putri.
  - e. Melakukan promosi dan sosialisasi secara rutin dan berkelanjutan.
  - f. Melakukan supervisi setiap 3 bulan sebagai proses evaluasi terhadap program KKR.
  - g. Mengembangkan program PIK KRR yang berbasis universitas.
4. Penelti selanjutnya
- Diharapkan dapat digunakan sebagai acuan dan dikembangkan untuk penelitian selanjutnya