

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Karakteristik responden berdasarkan usia didapatkan hasil dari data dari 38 responden dengan usia terendah 12 tahun, usia tertinggi 14 tahun dengan rata-rata usia 12,9 tahun dan didapatkan standar deviasi  $\pm 0,5$
2. Rata-rata usia menarche pada siswi SMP Negeri 2 Jatinom pada tahun 2023 adalah 12,2 tahun dengan usia termuda menarche pada 11 tahun dan usia tertua menarche adalah 14 tahun.
3. Karakteristik responden berdasarkan usia menarche ibu didapatkan hasil dari data dari 38 responden dengan usia menarche ibu terendah 9 tahun, usia tertinggi 14 tahun dengan rata-rata 11,7 tahun dan didapatkan standar deviasi  $\pm 1,2$
4. Rata-rata sumber informasi anak perempuan yang mengalami menarche di SMP Negeri 2 Jatinom sebagian besar berasal dari internet yaitu 34,2%, siswi yang belum pernah mendapatkan informasi yaitu 65,8%.
5. Karakteristik responden berdasarkan Indeks Masa Tubuh (IMT) didapatkan hasil data dari 38 responden dengan IMT terendah 13,9, IMT tertinggi 23,1 dengan rata-rata IMT 18,25 dan didapatkan standar deviasi  $\pm 2,0$ .
6. Tingkat Stres siswi SMP Negeri 2 Jatinom pada tahun 2023, menunjukkan stres normal berjumlah 5 orang, stress ringan berjumlah 6 orang, Stres sedang 20 orang, dan Stres berat berjumlah 7 orang .
7. Berdasarkan pengelompokan dari usia menarche didapatkan 31,71% mengalami menarche pada usia 11 tahun, 33,33% mengalami menarche pada usia 12 tahun, 9,76% mengalami menarche pada usia 13 tahun, sedangkan yang mengalami menarche pada usia 14 tahun berjumlah 0,81%

#### **B. Saran**

##### 1. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan sebagai bahan masukan agar para remaja lebih memperhatikan dan mendalami pengetahuan kesehatan, terutama mengenai gambaran tingkat stress remaja dalam menghadapi menarche.

##### 2. Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan lebih memperhatikan dan mendalami pengetahuan dan informasi factor-faktor mengenai tingkat stress remaja dalam menghadapi *menarche*

3. Bagi Perawat

Diharapkan perawat dapat mengadakan sosialisasi dan peyebaran informasi mengenai gambaran tingkat stres remaja dalam menghadapi *menarche*.

4. Bagi Instalasi Pendidikan (SMP)

Diharapkan instalasi Pendidikan dapat menjadikan penelitian sebagai kajian yang diharapkan untuk meningkatkan program kesehatan mengenai tingkat stress dan usia *menarche*

5. Bagi Peneliti selanjutnya

Pada penelitian berikutnya diharapkan memperbanyak jumlah dari sampel penelitian dengan memperluas populasi dan dapat memperhatikan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat stress dan usia *menarche*.