

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore pada siswi SMAN 1 Karangnongko maka disimpulkan bahwa :

1. Kejadian dismenore primer pada siswi di SMAN 1 Karangnongko pada tahun 2024 menunjukkan bahwa mayoritas siswi mengalami dismenore dengan tingkat keparahan sedang. Sebagian besar responden memiliki usia menarche yang tidak normal. Mayoritas responden memiliki lama menstruasi yang normal. Banyak siswi memiliki riwayat keluarga dengan dismenore. Sebagian besar responden memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) yang normal. Sebagian dari mereka mengalami tingkat stres sedang, dan beberapa mengalami tingkat stres parah. Sebagian responden memiliki aktivitas fisik yang berat. Banyak siswi juga memiliki kualitas tidur yang buruk.
2. Penelitian ini menunjukkan usia menarche terhadap dismenorea pada siswi dengan nilai $sig-p$ $0,000 < \alpha = 0,05$, lama menstruasi terhadap dismenore pada siswi $sig-p = 0,877 > \alpha = 0,05$, riwayat keluarga terhadap dismenore pada siswi $sig-p = 0,206 > \alpha = 0,05$, IMT terhadap dismenore pada siswi $sig-p = 0,000 < \alpha = 0,05$, tingkat stres terhadap dismenore pada siswi $sig-p = 0,000 < \alpha = 0,05$, aktivitas fisik terhadap dismenore pada siswi $sig-p = 0,000 < \alpha = 0,05$, kualitas tidur terhadap dismenore pada siswi $sig-p = 0,000 < \alpha = 0,05$.
3. Penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan usia menarche dengan kejadian dismenore pada siswi di SMAN 1 Karangnongko. tidak terdapat hubungan lama menstruasi dengan kejadian dismenore pada siswi di SMAN 1 Karangnongko. tidak terdapat hubungan riwayat keluarga dengan kejadian dismenore pada siswi di SMAN 1 Karangnongko. terdapat hubungan indeks massa tubuh dengan kejadian dismenore pada siswi di SMAN 1 Karangnongko. terdapat hubungan tingkat stres dengan kejadian dismenore pada siswi di SMAN 1 Karangnongko. terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian dismenore pada siswi di SMAN 1 Karangnongko. terdapat hubungan kualitas tidur dengan kejadian dismenore pada siswi di SMAN 1 Karangnongko.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas adapun saran yang dapat diberikan sebagai berikut:

1. Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Klaten

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar penelitian lebih lanjut dengan menambah atau memperluas variabel lainnya. Dorong penelitian lanjutan mengenai dismenore dan faktor-faktor yang berhubungan di kalangan remaja putri. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dikembangkan lebih lanjut dengan mengembangkan metode penelitian lainnya.

2. Bagi Siswi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan kepada responden agar menghindari dan mencegah faktor-faktor yang dapat memperberat derajat keparahan dismenore.

3. Bagi SMAN 1 Karangnongko

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada pihak sekolah untuk bekerja sama dengan unit kesehatan sekolah untuk memberikan penyuluhan kepada siswi, bagaimana cara mengurangi dismenore. Serta menambah kelengkapan farmakologi atau obat-obatan untuk mengurangi nyeri menstruasi.

4. Bagi profesi perawat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan profesi perawata atau tenaga kesehatan untuk melakukan penyuluhan kepada masyarakat tentang reproduksi perempuan spesifiknya pada nyeri menstruasi atau dismenore dan faktor-faktor yang memperberat derajat keparahan dismenore sehingga faktor-faktor tersebut dapat dihindari.

5. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi gambaran baru serta dapat menggunakan metode lain yang bersifat memperbaiki mengenai faktor resiko lain kaitannya dengan dismenore. Dan juga lanjutan untuk meneliti (multivariat) faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore primer yang lebih dominan atau berpengaruh.