

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai gambaran tingkat kecemasan pada remaja putri yang mengalami dismenore di SMK Muhammadiyah 3 Klaten Tengah, didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Rerata usia responden adalah  $16.51 \pm 0.771$ . sedangkan rerata usia menarche responden  $12.30 \pm 1.021$ .
2. Responden paling banyak berasal dari kelas XI dan nyeri sedang.
3. Tingkat kecemasan responden paling banyak adalah kecemasan ringan

#### **B. Saran**

1. Bagi Responden

Diharapkan penelitian dijadikan sebagai bahan masukan untuk menambah pengetahuan tentang kecemasan dengan dismenore pada remaja putri

2. Bagi Sekolah

Diharapkan menambah informasi bagi pihak sekolah mengenai dampak dismenore terhadap kesehatan mental remaja putri, serta mampu membantu memahami kondisi para remaja yang mengalami dismenore.

3. Bagi Universitas Muhammadiyah Klaten

Diharapkan agar dijadikan sebagai acuan dalam meningkatkan sistem pendidikan keperawatan.

4. Bagi Profesi Perawat

Diharapkan dapat memberikan pengetahuan atau wawasan bagi profesi perawat dalam memahami tingkat kecemasan remaja putri yang mengalami dismenore, sehingga mampu memberikan intervensi yang tepat.

## 5. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan menjadi pertimbangan bagi penelitian selanjutnya tentang kecemasan pada remaja dismenorhoe. Rekomendasi penelitian selanjutnya adalah:

- a. Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri yang Mengalami Dismenore
- b. Efektifitas Kompres Hangat Dengan Tehnik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri
- c. Gambaran Aktivitas Fisik Pada Siswi Yang Mengalami Dismenore.