

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

- 5.1.1 Indeks Massa Tubuh (IMT) pada remaja putri di SMAN-1 Pulau Malan sebagian besar normal dengan prosentase sebesar 60,4%
- 5.1.1 Tingkat stres pada remaja putri di SMAN-1 Pulau Malan sebagian besar ringan dengan prosentase sebesar 50,3%
- 5.1.1 Siklus menstruasi pada remaja putri di SMAN-1 Pulau Malan sebagian besar sebagian besar teratur dengan prosentase sebesar 64,7%
- 5.1.1 Tidak ada hubungan antara IMT dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMAN-1 Pulau Malan dengan nilai $p=0,386$ ($p>0,05$)
- 5.1.1 Ada hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMAN-1 Pulau Malan dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$)

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

Hasil penelitian ini dapat dijadikan informasi tambahan dalam pembelajaran yaitu pengaruh IMT dan tingkat stres terhadap siklus menstruasi remaja putri. Institusi juga hendaknya dapat melaksanakan program upaya meningkatkan kesehatan reproduksi remaja khususnya kesehatan menstruasi

5.2.1 Bagi Perawat

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan dasar bagi perawat dalam mengembangkan intervensi keperawatan yang tepat terutama dalam pencegahan terjadinya gangguan siklus menstruasi pada remaja.

5.2.1 Bagi SMAN-1 Pulau Malan

Bagi instansi terkait dapat meningkatkan pemberian informasi kepada remaja putri yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi wanita, khususnya tentang siklus menstruasi dan faktor yang mempengaruhi

5.2.1 Bagi Profesi Keperawatan

Hasil Penelitian ini dapat menjadi literasi dan penambahan ilmu dalam bidang keperawatan serta dijadikan sebagai acuan dalam memberikan implementasi kepada anak usia remaja terkait menstruasi.

5.2.1 Peneliti berikutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi data dasar untuk dapat melakukan penelitian lebih lanjut seperti edukasi dalam pencegahan gangguan siklus menstruasi. Penelitian ini menunjukkan bahwa IMT tidak memiliki hubungan yang signifikan pada siklus menstruasi diharapkan peneliti selanjutnya mengambil variable berbeda seperti Massa otot. Terkait penilaian stres bisa menggunakan alat ukur yang lain selain PSS. Tingkat stres yang pada siswi SMAN-1 Pulau Malan 94 orang (50.3%) mengalami stres ringan hal ini walaupun ringan tetapi tetap harus dilakukan edukasi berupa kegiatan yang cocok untuk membantu siswi manajemen stres yang dialami.