

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara tingkat stress remaja dengan siklus menstruasi di Desa Cieunteung Kabupaten Sumedang, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Hampir seluruh responden dengan usia remaja akhir, yaitu 16-19 tahun, dan hampir seluruh responden memiliki keluarga yang berpendapatan rendah, yaitu < UMR.
2. Hampir setengah responden memiliki tingkat stress yang sedang.
3. Hampir seluruh responden memiliki siklus menstruasi tidak normal, yaitu < 21 hari atau > 35 hari.
4. Ada hubungan yang signifikan antara tingkat stress remaja dengan siklus menstruasi.

B. Saran

1. Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan penelitian untuk menambah ilmu kebidanan khususnya dibidang kesehatan reproduksi remaja yaitu tingkat stress remaja terhadap siklus menstruasi.

2. Praktis

- a. Untuk Universitas Aisyiyah Bandung

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bacaan dan referensi bagi mahasiswa Universitas Aisyiyah Bandung khususnya jurusan kebidanan.

b. Untuk Remaja Di Desa Cieunteung

Meningkatkan kesadaran remaja dengan cara memberikan pengajaran dan penjelasan tentang akibat dari stress yang bisa mempengaruhi siklus menstruasi.

c. Untuk Peneliti Selanjutnya

Menjadi pertimbangan masukan dalam penelitian selanjutnya yang meneliti tentang stress, baik itu dengan kaitannya dengan siklus menstruasi maupun dengan yang lainnya.

d. Untuk Pemerintah

Menjadi pertimbangan pemerintah untuk membantu menyelesaikan masalah stress terhadap remaja dengan melakukan penyuluhan tentang mekanisme coping stress terhadap remaja dan akibatnya apabila remaja mengalami stress.