

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

1. Berdasarkan usia saat ini mayoritas remaja putri SMAN 1 Ciomas, saat ini berusia 17 tahun sebanyak 32 responden (36,0%), berdasarkan usia *menarche* mayoritas mengalami di usia 11 – 14 tahun sebanyak 65 responden (71,9%), berdasarkan lama terjadinya menstruasi mayoritas terjadi selama 7 -14 hari sebanyak 45 responden (50,6%), berdasarkan kondisi timbul nyeri *Dismenore* mayoritas mengalami hilang timbul sebanyak 35 responden (39,3%).
2. Berdasarkan aktivitas belajar pada remaja putri SMAN 1 Ciomas sebagian besar mengalami terganggu saat mengalami *Dismenore* sebanyak 63 responden (70,8%).
3. Berdasarkan intensitas nyeri *Dismenore* yang dirasakan remaja putri SMAN 1 Ciomas sebagian besar mengalami nyeri berat sebanyak 35 responden (39,3%).
4. Berdasarkan dari hasil korelasi menggunakan *kendall's tau\_b* didapatkan hasil *p-value*  $0,000 < 0,05$  yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara Aktivitas belajar dengan *Dismenore* pada remaja putri SMAN 1 Ciomas Kabupaten Serang, dan dilihat dari keeratan hasil *correlation coefficient* senilai 0,424, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bersifat positif maka antara hubungan searah yang artinya jika intensitas nyeri *Dismenore* meningkat aktivitas belajar menurun.

#### B. Saran

##### 1. Bagi SMAN 1 Ciomas Kabupaten Serang

Disarankan bagi instansi pendidikan agar meningkatkan pengetahuan, memberi penyuluhan dan konseling bagia siswi tentang kesehatan reproduksi wanita khususnya yang berhubungan dengan

menstruasi dan *Dismenore*, memberi pengetahuan pada penanganan *Dismenore* secara farmakologi maupun nonfarmakologi untuk meningkatkan kemandirian siswi dan memberi perhatian serta menyediakan fasilitas kesehatan UKS yang memadai dengan berbagai obat-obatan atau penanganan untuk nyeri *Dismenore*.

## **2. Bagi remaja putri SMAN 1 Ciomas Kabupaten Serang**

Diharapkan siswi memperbanyak pengetahuan mengenai *Dismenore*, menjaga pola makanan dengan makan makanan bergizi seimbang, menjaga personal hygiene dan pola aktivitas sehari-hari untuk meminimalisir terjadinya *Dismenore*.

## **3. Bagi penulis selanjutnya**

Bagi penulis selanjutnya diharapkan melakukan penelitian dengan variabel yang berbeda yang berhubungan dengan *Dismenore* seperti da pola makanan, pola aktivitas, psikis serta menggunakan metode yang lebih lengkap sehingga penelitian yang dilakukan dapat menambah literatur dan bermanfaat bagi remaja putri.