

BAB V

PENUTUP

1.1 Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dari hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Proporsi kejadian dismenorea primer pada siswi SMPN 6 Kota Jambi sebesar 73%.
2. Proporsi status gizi siswi tertinggi berdasarkan IMT yaitu gizi normal 60,4%, 57,7% siswi dengan usia menarche dini, 51,4% siswi yang mengalami stres, 70,3% siswi sering mengonsumsi *fastfood*, 75,7% siswi memiliki riwayat keluarga mengalami dismenorea primer, dan 64,9% siswi tidak terpapar asap rokok.
3. Ada hubungan antara usia menarche, stres, dan riwayat keluarga dengan kejadian dismenorea primer pada siswi SMPN 6 Kota Jambi. Sedangkan, tidak ada hubungan antara IMT, paparan asap rokok, konsumsi *fastfood* dengan kejadian dismenorea primer pada siswi SMPN 6 Kota Jambi.

1.2 Saran

1. Siswi SMPN 6 Kota Jambi

Disarankan kepada siswi untuk dapat mengatasi stres dengan lebih banyak melakukan kegiatan yang sesuai dengan minat dan kemampuan serta mengembangkan hobi melalui kegiatan ekstrakurikuler yang ada di lingkungan sekolah, selalu berpikiran positif dan membicarakan keluhan atau masalah kepada orang yang dapat dipercaya seperti orangtua atau saudara, serta menjaga kesehatan dengan berolahraga teratur, tidur yang cukup, dan makan makanan yang bergizi dan seimbang.

2. SMPN 6 Kota Jambi

Kepada SMPN 6 Kota Jambi disarankan untuk mengadakan kegiatan yang dapat mengembangkan dan meningkatkan kemampuan, minat dan hobi siswa seperti melakukan kegiatan lomba menggambar yang berisi penyebaran informasi mengenai kesehatan reproduksi melalui media madang. Sekolah

juga diharapkan untuk membuat pojok baca dengan menambah buku bacaan terkait kesehatan reproduksi dan bekerjasama dengan instansi kesehatan untuk melakukan sosialisasi kesehatan reproduksi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, agar dapat melaksanakan penelitian terhadap faktor lain dengan sampel yang lebih besar seperti aktivitas fisik, kualitas tidur, lama menstruasi. Kemudian, dapat menganalisis menggunakan analisis multivariat untuk melihat faktor risiko dominan yang paling berpengaruh terhadap kejadian dismenorea primer.