

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

1. Sebanyak 76,6% remaja putri SMAN 4 Kota Jambi mengalami nyeri haid atau Dismenore
2. Sebanyak 62,3% remaja putri di SMAN 4 Kota Jambi mengonsumsi *Fast Food* dalam kategori sering
3. Terdapat Hubungan antara mengonsumsi *Fast Food* dengan Kejadian Dismenore dg hasil *p value 0.001*

5.2 Saran

1. Bagi Institusi kampus

Diharapkan dapat meningkatkan keilmuan khususnya dalam bidang keperawatan Maternitas. Untuk meminimalkan dan meminimalisir tingginya tingkat konsumsi Fast Food remaja yang dapat menjadi sumber berbagai penyakit salah satunya adalah kejadian Dismenore.

2. Bagi Institusi Sekolah

Bagi institusi SMAN 4 Kota Jambi diharapkan mampu memberikan penyuluhan rutin terkait kesehatan minimal 1 kali dalam satu semester mengenai makanan sehat dan gizi seimbang, menyediakan alat/bahan untuk meringankan keadaan dismenore/nyeri haid terhadap siswi. Baik itu dari pihak sekolah sendiri maupun bekerja sama dengan instansi kesehatan lainnya sehingga remaja putrid bisa selalu mendapatkan informasi kesehatan dan bimbingan dalam melewati masa remaja.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperbaiki dan mengantisipasi segala kelemahan yang ada dalam penelitian ini serta diharapkan dapat mengembangkan dan melanjutkan penelitian dengan meneliti faktor-faktor lain penyebab dismenore. Sehingga dapat memperoleh data yang lebih akurat, serta melakukan metode pengumpulan data dengan desain yang berbeda serta dapat menemukan intervensi untuk menurunkan konsumsi *Fast Food* pada remaja.