

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 79 responden, karakteristik responden berdasarkan kelas sebagian besar adalah siswi kelas XI sebanyak 28 responden (34,2%) dan mayoritas siswi berusia 16 tahun sebanyak 42 responden (53,2%).
2. Berdasarkan hasil penelitian pada 79 responden siswi SMA LKMD Abung Timur Lampung Utara mayoritas mengalami tingkat stress dengan kategori tingkat stress sedang sebanyak 33 orang (41,8%), dan minoritas mengalami tingkat stress dengan kategori tingkat stress ringan sebanyak 12 orang (15,2%).
3. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 79 responden siswi SMA LKMD Abung Timur Lampung Utara mayoritas mengalami siklus menstruasi tidak normal sebanyak 48 orang (60,8%).
4. Berdasarkan hasil uji chi square menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat stress dengan perubahan siklus menstruasi. Hal ini dilihat dari hasil analisis statistika dengan taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai p value 3,35 selanjutnya diperoleh nilai $r_{hitung}=75.15$ dan $r_{tabel}=7.81$ sehingga bisa ditarik kesimpulan bahwa H_0 ditolak atau terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stress dengan perubahan siklus menstruasi di SMA LKMD Abung Timur Lampung Utara Tahun 2023. Hal tersebut bisa dilihat dari nilai r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} yaitu $75,15 > 7,81$.

B. Saran

1. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadi pertimbangan masukan dalam penelitian, atau dijadikan referensi dan sumber data

2. Bagi universitas muhammadiyah pringsewu

Dapat disarankan menjadi salah satu institusi penyedia informasi yang dapat membantu meningkatkan pengetahuan para remaja putri tentang kesehatan reproduksi khususnya siklus menstruasi agar menjadikan generasi tau akan pengetahuan

3. Bagi sekolah SMA LKMD Abung Timur Lampung Utara

Disarankan kepada pihak sekolah untuk menyediakan media informasi yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi dan mengadakan penyuluhan kesehatan terutama yang berkaitan dengan tingkat stress dengan siklus menstruasi.

4. Bagi responden

Bagi responden diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi dan menambah wawasan serta bahan pertimbangan agar lebih memahami siklus menstruasi dan mengendalikan stress dengan baik.