

BAB VI

PENUTUP

2. Kesimpulan

1. Hasil distribusi frekuensi usia mayoritas siswi kelas XI SMA Negeri 22 Palembang masuk dalam kriteria remaja akhir dimana jumlah remaja putri berusia 16 tahun sebanyak 56 responden (48,7%), sedangkan umur 17 tahun sebanyak 55 responden (47,8%).
2. Hasil distribusi frekuensi siswi kelas XI SMA Negeri 22 Palembang mempunyai siklus menstruasi teratur yaitu sebanyak 107 responden (93,0%), dan kategori siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 8 responden (7,0%).
3. Hasil distribusi frekuensi siswi kelas XI SMA Negeri 22 Palembang mengalami stres ringan sebanyak 13 responden (11,3%), kategori stres sedang sebanyak 99 responden (86,1%), dan kategori stres berat sebanyak 3 responden (2,6%).
4. Hasil distribusi frekuensi siswi kelas XI SMA Negeri 22 Palembang mempunyai indeks masa tubuh (IMT) kategori sangat kurus sebanyak 15 responden (13%), kategori kurus sebanyak 18 responden (15,7%), kategori normal sebanyak 73 responden (63,3%), kategori gemuk sebanyak 4 responden (3,5%), kategori obesitas sebanyak 5 responden (4,3%).

5. Hasil analisa hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi didapatkan nilai *p Value* $0.383 > 0,05$ dapat disimpulkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan siklus menstruasi.
6. Hasil analisa hubungan indeks masa tubuh (IMT) dengan siklus menstruasi didapatkan nilai *p Value* $0,123 > 0,05$ dapat disimpulkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara indeks masa tubuh (IMT) dengan siklus menstruasi.

3. Saran

1. Bagi responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai faktor penyebab gangguan siklus menstruasi. Diharapkan dapat membagi waktu dengan baik antara sekolah dan kegiatan diluar sekolah sehingga menghindari aktivitas berlebihan, menjaga penurunan maupun peningkatan berat badan agar IMT tetap dalam batas normal, menghindari stres dan faktor penyebab lainnya sehingga dapat terhindar dari penyebab tersebut karena ketidakteraturan siklus menstruasi dapat berdampak pada kesehatan organ reproduksi.

2. Bagi SMA Negeri 22 Palembang.

Hasil penelitian ini dapat dijadikan informasi bagi pihak sekolah dalam memberikan edukasi kepada siswi SMA Negeri 22 Palembang mengenai faktor penyebab terjadinya gangguan siklus menstruasi yaitu salah satunya indeks masa tubuh (IMT), dan stres agar para siswi

mengetahui sehingga menghindari penyebab gangguan siklus menstruasi.

3. Bagi mahasiswa pendidikan keperawatan.

Hasil penelitian ini dapat dijadikan informasi bagi pendidikan keperawatan khususnya di bidang Maternitas mengenai faktor penyebab gangguan siklus menstruasi salah satu indeks masa tubuh (IMT), stres, aktivitas fisik, penyakit kronik.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi, bahan pertimbangan dan dikembangkan lebih baik lagi, atau dengan melakukan penyuluhan mengenai faktor penyebab gangguan siklus menstruasi salah satu indeks masa tubuh (IMT), stres, aktivitas fisik, penyakit kronik.