

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan siklus menstruasi pada siswi di SMK IT Raflesia Depok tahun 2022, dapat disimpulkan sebagai berikut :

- 1) Hasil dari analisa didapatkan usia responden terbanyak yaitu 15 tahun dengan 35 responden (35,7%), siklus menstruasi normal sebanyak 55 responden (56,1%), stres normal sebanyak 45 responden (45,9%), aktivitas fisik
- 2) Analisa ini menguraikan adanya hubungan siklus menstruasi dengan faktor lainnya yaitu tingkat stres dengan nilai  $Pvalue = 0,48$  dan aktivitas fisik dengan  $Pvalue 0,16$  ( $Pvalue < \alpha$ ).
- 3) Analisa ini menguraikan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara faktor status gizi dengan nilai  $Pvalue = 0,309$  dan faktor usia *menarche* dengan hasil  $Pvalue 0,069$  ( $Pvalue > \alpha$ ).

#### 5.2 Saran

##### 5.2.1 Bagi Institusi Pendidikan (FIKES UNAS)

Hasil penjabaran dari faktor yang telah diteliti dapat menjadi bahan pembelajaran dan informasi bagi para mahasiswa terutama di bidang keperawatan maternitas, lalu sebagai bahan pengabdian masyarakat

terutama pada remaja perempuan di Depok mengenai beberapa faktor yang berhubungan dengan siklus menstruasi.

#### 5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penjabaran dari analisis diatas dapat menjadi acuan yang kuat untuk penelitian yang akan dilakukan selanjutnya. Saran kepada peneliti setelah ini agar menganalisis faktor-faktor yang berbeda lainnya seperti hormonal, jumlah olahraga, lama tidur dan lain-lain berkaitan dengan gangguan pada siklus menstruasi pada siswi di Depok.

#### 5.2.3 Bagi SMK IT Raflesia Depok

Mengoptimalkan kepedulian siswi dengan cara membagikan arahan dan penjabaran mengenai beberapa faktor yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi agar mudah di pahami dan menghindari faktor yang dapat mengganggu siklus menstruasi, sehingga dapat mempraktikannya dalam kegiatan sehari-hari.

