

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik simpulan perilaku yang mereka lakukan adalah kecenderungan kebiasaan di masyarakat. Perilaku pemeliharaan kesehatan yang mereka lakukan adalah perilaku yang biasa-biasa saja atau perilaku yang telah umum dilakukan di masyarakat yaitu meminum jamu kunyit sedangkan untuk perilaku pencarian dan penggunaan sistem layanan kesehatan, kebanyakan mereka rata-rata hanya sedikit yang menggunakan sistem layanan kesehatan. Hal ini dimungkinkan penggunaan layanan kesehatan belum populer juga dilakukan sehingga responden kurang memanfaatkan layanan kesehatan untuk mengurangi nyeri dismenore. Dapat dilihat dari hasil penelitian bahwa perilaku yang paling banyak responden lakukan adalah dengan beristirahat di UKS.

E. Saran

1. Bagi Siswi SMK Muhammadiyah 2 Moyudan

Hendaknya siswa lebih efektif dalam melakukan perilaku mengatasi dismenore. Siswi dapat mencoba melakukan kompres hangat, olahraga, relaksasi nafas dalam dan akupunktur untuk mengatasi dismenore.

2. Bagi Instansi Kesehatan

Hendaknya lebih mensosialisasikan penggunaan sistem layanan kesehatan dalam mengatasi dismenore dan memberikan informasi atau penyuluhan tentang kesehatan reproduksi ke sekolah-sekolah melalui petugas-petugas kesehatan sehingga siswa memiliki perilaku baik dalam mengatasi masalah dismenore.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebaiknya melakukan penelitian dengan menggunakan variabel-variabel lain misalnya sikap atau ketersediaan pelayanan kesehatan, atau lingkungan budaya yang berhubungan dengan perilaku mengatasi atau penanganan dismenore.

4. Bagi Mahasiswa

Hendaknya dapat merasionalisasikan perilaku kompres hangat, olahraga dan relaksasi nafas dalam mengatasi dismenore.

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA