

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian mengenai “Pengaruh Penyuluhan Tentang *Dismenorrhea* Terhadap Kecemasan Menghadapi *Dismenorrhea* Pada Remaja Putri Kelas VIII-IX di SMP Gotong Royong 1 Tanjungsari Gunungkidul 2011” didapatkan hasil sebagai berikut :

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan menghadapi *dismenorrhea* remaja putri kelas VIII-IX di SMP Gotong Royong 1 Tanjungsari sebelum diberikan penyuluhan memiliki kecemasan sedang yaitu sebanyak 16 responden (51,6%).
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan menghadapi *dismenorrhea* remaja putri kelas VIII-IX di SMP Gotong Royong 1 Tanjungsari setelah diberikan penyuluhan memiliki kecemasan minimal sebanyak 18 responden (58,1%).
3. Terdapat pengaruh yang signifikan antara penyuluhan *dismenorrhea* terhadap kecemasan menghadapi *dismenorrhea*.

B. Saran

1. Bagi Remaja

Diharapkan remaja dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai sumber informasi dan bahan masukan bagi remaja untuk lebih meningkatkan pengetahuan tentang *dismenorrhea*, serta para remaja

sewaktu mengalami *dismenorrhea* hendaknya melakukan aktivitas yang dapat mengurangi *dismenorrhea* itu sendiri seperti berolahraga. Sehingga saat menstruasi dan mengalami *dismenorrhea* remaja putri mengalami kecemasan yang minimal dan bahkan tidak mengalami kecemasan.

2. Bagi Pihak SMP Gotong Royong 1 Tanjungsari Gunungkidul

Diharapkan pihak sekolah bisa mengadakan secara rutin kegiatan seperti penyuluhan tentang kesehatan reproduksi khususnya tentang *dismenorrhea*.

3. Bidan

Diharapkan bidan dapat meningkatkan pelayanan dalam kesehatan reproduksi khususnya tentang *dismenorrhea*.

4. Bagi STIKES Achmad Yani

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi perpustakaan, sehingga dapat dijadikan bahan bacaan mahasiswa khususnya di STIKES Achmad Yani Yogyakarta.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya.

- a. Bagi peneliti berikutnya diharapkan menggunakan kelompok kontrol sehingga terlihat jelas perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.
- b. Bagi peneliti selanjutnya agar memperhatikan kriteria sampel yaitu mengalami *dismenorrhea* dan merasakan kecemasan setiap bulannya sehingga penyuluhan yang dilakukan benar-benar bermanfaat bagi responden untuk mengurangi kecemasan yang dialami.

- c. Bagi peneliti selanjutnya sebaiknya waktu yang digunakan saat penelitian memiliki rentang waktu yang lebih lama sehingga dapat dilakukan penelitian secara *kontinue* dan berkala.

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA