

## BAB 7

### PENUTUP

#### 1.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan karakteristik remaja putri dengan kejadian *dismenorea primer* pada siswi kelas X dan XI di SMAN 1 kota Padang, maka diperoleh beberapa kesimpulan :

1. Sebagian besar siswi kelas X dan XI di SMAN 1 Kota Padang mengalami *dismenorea primer*.
2. Pada siswi kelas X dan XI di SMAN 1 kota Padang lebih besar usia *menarche*  $\leq 12$  tahun, status gizi kurus, lama menstruasi  $\leq 7$  hari dan kebiasaan olahraga dengan kategori tidak baik  $\leq 60$  menit
3. Terdapat hubungan antara umur *menarche* dengan kejadian *dismenorea primer*.
4. Terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian *dismenorea primer*.
5. Tidak terdapat hubungan antara lama menstuasi dengan kejadian *dismenorea primer*.
6. Terdapat hubungan antara kebiasaan olahraga dengan kejadian *dismenorea primer*.

## 1.2 Saran

1. Bagi dinas pendidikan agar membuat kebijakan tambahan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan ke sekolah SMA yaitu harus adanya promosi kesehatan tentang kesehatan reproduksi terutama mengenai kejadian *dismenorea primer*.
2. Bagi seluruh siswi untuk dapat mempelajari tentang *dismenorea primer*. Usia *menarche*, status gizi, dan kebiasaan olahraga merupakan penyebab dari *dismenorea primer*, maka dalam hal ini perlu dilakukan pencegahan dengan mengkonsumsi makanan bergizi, menghindari stress, olahraga secara teratur dan juga bisa mengompres dengan air hangat.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan meneliti frekuensi kebiasaan olahraga agar hasilnya lebih akurat dan dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan menggunakan variabel lain seperti faktor genetik, tingkat stress.

