

BAB VII

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2018 yang dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Lebih dari setengah dari seluruh responden mengalami stres dengan frekuensi yang terbesar adalah tingkat stres ringan.
2. Kurang dari setengah dari seluruh responden mengalami gangguan menstruasi dengan frekuensi gangguan menstruasi yang terbesar adalah oligomenorea.
3. Tidak terdapat hubungan antara tingkat stres terhadap gangguan menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2018.

7.2 Saran

1. Bagi mahasiswa baru perlu meningkatkan pengetahuan mengenai pencegahan dan pengelolaan stres dalam menghadapi *stressor* penyebab stres.
2. Bagi pihak institusi sekolah agar dapat lebih memperhatikan jalannya proses pembelajaran serta mengelola kegiatan ekstrakurikuler untuk meringankan beban tuntutan akademik dan menghindari jenuh pada mahasiswa.
3. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai *stressor* penyebab stres serta faktor-faktor penyebab gangguan menstruasi selain faktor stres pada mahasiswi.