

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswi Program Studi studi Kebidanan Program Sarjana Departemen Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Kejadian dismenore primer dialami oleh sebagian besar responden. Sebagian besar responden juga memiliki usia *menarche* yang normal, durasi menstruasi yang normal, kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji sering, tingkat stress dalam kategori normal, memiliki riwayat keluarga yang pernah mengalami dismenore, serta memiliki status gizi yang normal.
2. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara usia *menarche* dengan kejadian dismenore primer
3. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara durasi menstruasi dengan kejadian dismenore primer
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji dengan kejadian dismenore primer
5. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara stress dengan kejadian dismenore primer
6. Terdapat hubungan yang bermakna antara riwayat keluarga dengan dismenore dengan kejadian dismenore primer
7. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian dismenore primer.

7.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, Peneliti menyarankan dalam beberapa hal sebagai berikut:

- a. Disarankan bagi setiap wanita usia subur dapat memperhatikan faktor-faktor risiko terjadinya dismenore primer, salah satunya seperti memperhatikan pola makan agar menjadi baik. Seperti makan makanan yang bergizi, menghindari konsumsi makanan cepat saji, menjaga status gizi, dan lainnya.

- b. Saran untuk penelitian selanjutnya, hendaknya mempertimbangkan dan meneliti faktor-faktor risiko lain mengenai dismenore primer, seperti aktifitas fisik, kualitas tidur, dan hal lain yang terkait dengan faktor risiko dismenore primer.

