BAB 7
PENUTUP

7. 1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan tingkat ansietas dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat empat S1 Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat ansietas yang paling sering dialami oleh mahasiswi tingkat empat S1 Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas adalah ansietas ringan.
2. Siklus menstruasi responden kebanyakan adalah siklus menstruasi teratur.
3. Tidak terdapat hubungan antara tingkat ansietas dengan siklus menstruasi.
4. Tidak terdapat hubungan antara usia dengan tingkat ansietas pada responden.
5. Tidak terdapat hubungan antara tempat tinggal dengan tingkat ansietas pada responden.

7. 2. Saran

Saran yang dapat diberikan berkaitan dengan temuan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya.

   Dapat dijadikan sebagai bahan referensi bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian selanjutnya dan dapat dijadikan tolak ukur bagi peneliti yang akan meneliti variabel lain yang berhubungan dengan siklus menstruasi.

   Kemudian diharapkan pada penelitian selanjutnya, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor penyebab ansietas pada mahasiswa dengan menggunakan desain penelitan kohort serta dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor penyebab siklus menstruasi tidak teratur selain faktor ansietas pada mahasiswi.

Diharapkan mahasiswa perlu meningkatkan pengetahuan mengenai pencegahan dan pengelolaan ansietas dalam menghadapi *stressor* penyebab ansietas. Bagi mahasiswa yang mengalami ansietas ringan dan sedang diharapkan untuk dapat berkonsultasi dengan dosen PA (Penasehat Akademik) agar dapat mengurangi *stressor* dari ansietas pada mahasiswa tersebut serta mengkonsultasikan masalah-masalah atau halangan - halangan yang dihadapi mahasiswa tersebut dalam proses akademik sehingga dosen PA dapat membantu serta mengurangi beban pikiran yang dirasakan oleh mahasiswa bimbingannya. Sedangkan mahasiswa yang mengalami ansietas berat, diharapkan untuk berkonsultasi dengan biro konseling agar tidak memperburuk ansietas yang diderita serta memecahkan solusi permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa tersebut.

3. Bagi Institusi

   Diharapkan institusi membimbing serta mengarahkan mahasiswa yang mengalami ansietas agar lebih terbuka dan mau mengkonsultasikan masalah yang dihadapi dengan berkonsultasi kepada dosen PA (Penasehat Akademik) maupun biro konseling mahasiswa.

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA