

## BAB 7

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 7.1 Kesimpulan

1. Sebanyak 63 responden (44,7%) berada pada tingkat stres kategori berat, 60 responden (42,6%) berada pada tingkat stres sedang, 15 responden (10,6%) pada tingkat stres ringan, dan 3 responden (2,1%) dengan stres sangat berat.
2. Sebanyak 116 responden (82,3%) dengan frekuensi menstruasi normal, sebagian besar responden yaitu 115 responden (81,6%) mengalami variasi menstruasi reguler, sebagian besar responden yaitu 129 responden (91,5%) mengalami durasi menstruasi normal, sebanyak 127 responden (90,1%) dengan volume darah normal, lebih dari separuh yaitu 118 responden (83,7%) mengalami PMS dan 116 responden (82%) mengalami dismenore.
3. Tingkat stres tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan interval atau frekuensi haid, variasi haid, durasi haid, dan volume darah. Akan tetapi tingkat stres memiliki hubungan yang bermakna dengan PMS dan dismenore.

#### 7.2 Saran

1. Diperlukan pemeriksaan hormon kortisol untuk mengkonfirmasi hubungan stress dengan PMS dan dismenore
2. Diperlukan pemeriksaan hormonal lain seperti estrogen, dyhidrotestosteron, progesteron untuk memastikan bahwa tidak ada kelainan hormonal
3. Dibutuhkan perhatian dari *stake holder* fakultas kedokteran untuk menyikapi tingginya tingkat stress pada mahasiswa kedokteran sehingga dapat menjadi pertimbangan untuk perbaikan sistem pendidikan
4. Mahasiswa kedokteran perlu diberikan konseling psikologi dan konseling ginekologi sedini mungkin untuk menghindari komplikasi penyakit di masa yang akan datang