

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian besar responden mengalami dismenore primer (74,1%).
2. Sebagian besar responden memiliki usia *menarche* yang normal (81,9%).
3. Sebagian besar responden sering mengonsumsi makanan cepat saji (52,6%).
4. Terdapat hubungan antara usia *menarche* dan kejadian dismenore primer ($p=0,034$).
5. Terdapat hubungan antara kebiasaan makan makanan cepat saji dengan kejadian dismenore primer ($p=0,000$).

7.2 Saran

1. Bagi Peneliti
Diharapkan bagi peneliti sendiri untuk lebih menyempurnakan pembahasan dan intervensi terkait sampel dan variabel.
2. Bagi Remaja Wanita di Masyarakat
Diharapkan bagi remaja wanita di masyarakat untuk dapat mengatur kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji sehingga dapat mencegah terjadinya dismenore primer.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan bagi institusi pendidikan untuk dilakukannya penelitian lebih lanjut dengan variabel yang berbeda yaitu tentang faktor-faktor lain yang mempengaruhi dismenore primer. Selain itu institusi pendidikan juga dapat menyediakan kantin dengan menu sehat dan gizi seimbang tanpa makanan cepat saji.

4. Bagi Institusi Profesi Bidan

Diharapkan bagi institusi profesi bidan untuk lebih optimal dalam melakukan *skrining* pada remaja putri dengan usia *menarche* yang cepat dan diberikan pendidikan kesehatan mengenai pola makan dan kebiasaan yang sehat untuk mencegah terjadinya dismenore primer.

5. Bagi Pemerintah

Diharapkan bagi pemerintah melalui balai BPOM untuk dapat meningkatkan pengawasan terhadap kandungan gizi dari makanan cepat saji yang dijual di pasaran. Kemudian juga diharapkan pemerintah dapat mendukung peningkatan dari promosi kesehatan terkait dengan pencegahan dismenore primer.

