

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 1 Blahbatuh dari 68 responden didapatkan bahwa sebagian besar yaitu sebanyak 41 orang atau

60,3 % termasuk dalam kategori IMT normal, sebanyak 19 orang atau 27,9 % termasuk dalam kategori IMT kurang (kurus) dan sebanyak 8 orang atau 11,8 % termasuk dalam kategori IMT berlebih (gemuk).

Kejadian dismenore pada remaja siswi kelas VII sebagian besar mengalami dismenore primer sebanyak 45 orang (66,2 %) dan sebanyak 23 orang (33,8 %) yang tidak mengalami dismenore. beberapa responden yang mengalami dismenore ringan, nyeri yang dirasakan berupa kram perut bagian bawah namun masih dapat ditahan dan responden masih bisa melakukan aktivitas sehari-hari dan masih dapat berkonsentrasi belajar walaupun mengalami sedikit nyeri. Responden yang mengalami dismenore sedang, nyeri yang dirasakan berupa kram perut bagian bawah menyebar hingga pinggang yang menyebabkan terganggunya aktivitas responden sehingga responden kesulitan untuk berkonsentrasi dan sedikit mengganggu aktivitas belajarnya, responden yang mengalami dismenore berat, nyeri yang dirasakan pada perut bagian bawah dan menyebar ke pinggang dan merasa kesulitan untuk berkonsentrasi yang dapat mengganggu aktivitas belajarnya.

Penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 1 Blahbatuh didapatkan hasil bahwa adanya hubungan antara indeks massa tubuh dengan kejadian dismenore pada remaja siswi kelas VII dari 68 orang 41 siswi yang memiliki IMT normal didapatkan bahwa sebagian besar yaitu 53,7% mengalami dismenore primer, dari 19 siswi yang memiliki IMT kurang didapatkan bahwa sebagian besar yaitu 84,2%

mengalami disminore primer, sedangkan dari 8 siswi yang memiliki IMT gemuk didapatkan bahwa sebagian besar yaitu 87,5% mengalami disminore primer.

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan diatas dapat disampaikan saran sebagai berikut:

1. Diharapkan bisa memberikan memberikan bahan masukan untuk edukasi tentang cara mencegah dan mengurangi dismenore primer pada remaja, karena edukasi yang di berikan dapat mengurangi dan menambah wawasan remaja sehingga bisa mengurangi angka kejadian dismenore primer pada remaja.
2. Diharapkan dapat menambah pengetahuan siswi mengenai hubungan indeks masa tubuh dengan kejadian dismenore primer.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan melakukan selanjutnya tentang faktor-faktor yang mempengaruhi dismenorea dan dampak dismenorea sehingga dapat mengurangi dampak/beban yang ditimbulkan oleh dismenore.