

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Skor kecemasan remaja putri di sekolah menengah atas negeri 2 denpasar dengan nilai median 41 dengan nilai minimum yang diperoleh adalah 29 dan nilai maksimum adalah 69
2. Siklus menstruasi remaja putri di sekolah menengah atas negeri 2 denpasar dengan nilai median 30 siklus terpendek yaitu 13 hari dan siklus terpanjang yaitu 48 hari
3. Terdapat hubungan antara kecemasan dengan siklus menstruasi pada remaja putri di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Denpasar ($p = 0,00$).

B. Saran

Dari hasil penelitian dan pembahasan diatas, maka dapat disarankan sebagai berikut:

1. Bagi remaja putri

Diharapkan dapat membantu remaja putri dalam memperoleh informasi mengenai gangguan siklus menstruasi yang disebabkan oleh kecemasan serta dapat menyebarkan informasi dimasyarakat.

2. Bagi Pihak Sekolah

Diharapkan pihak dapat memberikan edukasi dan konseling terkait kesehatan reproduksi dan pentingnya pengelolaan kecemasan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini merupakan topik yang menarik, untuk penelitian selanjutnya diharapkan membahas lebih spesifik mengenai hubungan antara kecemasan dengan siklus menstruasi. Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian serupa namun lebih spesifik dengan melakukan kategorisasi siklus menstruasi dan mengontrol variabel-variabel perancu.