

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Kretek, dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang *dismenorea* di SMAN 1 Kretek responden sebanyak 67 siswi yaitu sebagai berikut:

1. Tingkat pengetahuan remaja putri kelas XI di SMAN 1 Kretek sebagian besar dari responden memiliki pengetahuan cukup mengenai *dismenorea*.
2. Tingkat pengetahuan remaja putri kelas XI di SMAN 1 Kretek berdasarkan pendidikan ayah, didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan cukup tentang *dismenorea* dengan ayah berpendidikan menengah.
3. Tingkat pengetahuan remaja putri kelas XI di SMAN 1 Kretek berdasarkan pendidikan ibu didapatkan hasil bahwa hampir seluruh dari responden yang memiliki pengetahuan cukup tentang *dismenorea* dengan ibu berpendidikan menengah.
4. Berdasarkan karakteristik aktivitas fisik yang dilakukan siswi didapatkan hasil bahwa seluruh responden selalu dan tidak pernah dalam melakukan aktivitas fisik/olahraga setiap 30 menit per-hari memiliki tingkat pengetahuan cukup.

5. Tingkat pengetahuan remaja putri kelas XI di SMAN 1 Kretek berdasarkan sumber informasi didapatkan hasil bahwa sebagian besar reponden mendapatkan informasi mengenai dismenorea dari media memiliki tingkat pengetahuan cukup.

## **B. Saran**

1. Bagi Remaja Putri kelas XI di SMAN 1 Kretek

Diharapkan remaja putri kelas XI di SMAN 1 Kretek dapat lebih meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi khususnya tentang *dismenorea* dengan membaca informasi dari buku dan mengikuti penyuluhan atau seminar yang berkaitan dengan *dismenorea* di sekolah maupun masyarakat. Sehingga informasi yang didapatkan lebih meningkat terutama mengenai dampak dan gejala *dismenorea*. Serta diharapkan siswi lebih sering melakukan aktivitas fisik/olahraga agar dapat mengurangi intensitas rasa nyeri.

2. Bagi Orang Tua

Diharapkan orang tua dapat meningkatkan edukasi tentang kesehatan reproduksi remaja sehingga dapat memberikan edukasi kepada anak-anaknya. Hal ini dapat dilakukan dengan mengikuti penyuluhan dari puskesmas/tenaga medis, mencari informasi dari pihak-pihak yang berada dalam ranah kesehatan agar diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan anak mengenai kesehatan reproduksi remaja, dimana pendidikan dan pengetahuan orang tua dapat memengaruhi pengetahuan anak.

### 3. Bagi Guru di SMAN 1 Kretek

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai tingkat pengetahuan remaja tentang dismenorea sehingga guru dapat memberikan pengetahuan lebih kepada siswi mengenai dismenorea untuk meningkatkan pengetahuan siswa terutama mengenai dampak dan gejala *dismenorea* yang masih kurang, dengan memberikan penyuluhan dengan melibatkan pihak-pihak yang berwenang mengenai kesehatan reproduksi remaja agar informasi yang diberikan kepada siswi merupakan pengetahuan yang benar. Guru juga dapat menyelenggarakan penyuluhan-penyuluhan kepada siswi dengan menghadirkan pihak-pihak yang paham dengan kesehatan reproduksi remaja agar pengetahuan yang didapatkan siswi lebih banyak dan benar.

### 4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi khususnya bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian mengenai kesehatan reproduksi remaja khususnya tentang dismenorea.