

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan tujuan dan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat sebagian besar mahasiswa kelas reguler Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang mengalami stres.
2. Terdapat hampir seluruh mahasiswa kelas reguler Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang memiliki siklus menstruasi normal.
3. Tidak ada hubungan antara stres dengan siklus menstruasi mahasiswa Kelas Reguler Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta dengan hasil *Fisher Exact Test* adalah $p\text{ value} = 0.108$ ($p > 0.05$)

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan adalah:

1. Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Hendaknya dapat meningkatkan upaya promotif dan preventif dengan konseling, informasi, dan edukasi (KIE) mengenai faktor risiko stres pada mahasiswa sehingga dapat meminimalkan dan mengantisipasi terjadinya stres pada mahasiswa.

2. Penelitian selanjutnya

Penelitian ini hanya untuk mengetahui hubungan antara stres dengan siklus menstruasi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi, perlu penelitian lanjutan yang lebih kompleks tentang stres dan siklus menstruasi sehingga diketahui faktor-faktor yang paling berpengaruh terhadap ke indikator tersebut.