

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1 Kesimpulan

1. Ada hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan dismenore pada siswi SMA 1 Sultan Agung Semarang ( $p=0,006$ ).
2. Ada hubungan antara usia menarche dengan dismenore pada siswi SMA 1 Sultan Agung Semarang ( $p=0,008$ ), meningkatkan risiko dismenore 13,2 kali.
3. Tidak ada hubungan antara siklus menstruasi dengan dismenore pada siswi SMA 1 Sultan Agung Semarang ( $p=0,333$ ).

#### 5.2 Saran

1. Masyarakat
  - a. Lebih memperhatikan asupan makanan dan rajin berolahraga untuk mencapai indeks massa tubuh (IMT) tubuh normal ( $IMT = 18,5-22,9$ ).
  - b. Selalu mencatat hari pertama haid terakhir, memperhatikan siklus menstruasi dan kejadian yang dialami saat menstruasi untuk memantau kesehatan reproduksi sejak usia remaja.
2. Institusi

Perlu adanya pendampingan dan edukasi mengenai faktor yang dapat menyebabkan dismenore terutama bagi siswi yang memiliki risiko dismenore.
3. Peneliti
  - a. Diharapkan untuk dapat dikaji lagi mengenai faktor –faktor yang mempengaruhi dismenore lainnya, seperti riwayat keluarga, lama menstruasi, kebiasaan merokok.
  - b. Diharapkan penelitian selanjutnya menggunakan hipotesis one tailed sehingga dapat diketahui arah korelasi pada hasil penelitian.
  - c. Diharapkan responden penelitian dibuat lebih beragam, seperti siswi SMP, SMA, mahasiswa, dan perempuan yang telah melahirkan.