

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat stres mahasiswa S1 Keperawatan regular angkatan 2017 sebagian besar mengalami stres berat.
2. Siklus menstruasi mahasiswa S1 Keperawatan regular angkatan 2017 sebagian besar tidak normal.
3. Ada hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi di Universitas Muhammadiyah Semarang.

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan diatas, maka dapat disampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa keperawatan
Penelitian ini bisa menjadi referensi terutama di keperawatan maternitas.
2. Bagi dosen
Dosen dapat menciptakan suasana pembelajaran online yang nyaman dan tidak monoton. Pembelajaran dapat divariasi agar tidak fokus pada satu metode pembelajaran saja agar mahasiswa tidak jenuh.
3. Bagi peneliti selanjutnya
Diharapkan untuk penelitian selanjutnya dapat meneliti faktor-faktor yang berpengaruh pada sumber stres yang berpengaruh terhadap siklus menstruasi pada situasi *Pandemic COVID-19*.

