

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penelitian bersama dalam sebuah tema utama yaitu Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya *Dismenorea*, yang dilakukan di SMAN 1 Gamping ini salah satu penelitian dengan judul variabel tingkat pengetahuan remaja dalam menghadapi *Premenstrual Syndrome* pada siswi kelas X dan XI dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

Tingkat pengetahuan remaja putri dalam menghadapi *premenstrual syndrome* ini mereka rata-rata mengerti tentang pengertian, penanganan, dan pencegahan tetapi tidak dengan penyebab dan gejala *premenstrual syndrome*.

Tingkat pengetahuan tentang penyebab gejala *premenstrual syndrome* yang kurang sebanyak 74 (52,1) siswi. Siswi yang kurang memahami penyebab terjadinya *premenstrual syndrome* ini dapat dikarenakan kurangnya membaca buku-buku bacaan tentang kesehatan reproduksi, atau tidak mendengarkan ketika mengikuti penyuluhan kesehatan reproduksi.

Tingkat pengetahuan remaja putri tentang gejala *Premenstrual syndrome* ini yang berpengetahuan kurang 49 (34,5%) siswi. Tingkat pengetahuan siswi yang kurang ini rata-rata kurang memahami tentang gejala fisik yang dialami sebelum atau sesudah datangnya menstruasi. Oleh karena itu siswi perlu meningkatkan pengetahuan tentang

Premenstrual syndrome khususnya gejala fisik, suasana hati dan mental dengan cara membaca buku-buku kesehatan dan mengikuti penyuluhan-penyuluhan atau bertanya pada teman, sahabat ataupun keluarga yang pernah mengalami.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dengan berbagai keterbatasan dan kekurangan selama jalannya penelitian maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Universitas Alma Ata

Diharapkan menjadi sumber bacaan dan referensi terbaru ilmu kesehatan reproduksi terutama tentang *Premenstrual Syndrome*

2. Bagi Siswi SMA N 1 Gamping

Siswi harus mencari informasi tentang premenstrual syndrome di media massa/elektronik, buku tentang kesehatan reproduksi, guru, ataupun tenaga kesehatan, serta membangun kegiatan PIKR.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Mengingat keterbatasan penelitian diharapkan agar peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan menggunakan metode penelitian yang lain dan menambah variabel penelitian sehingga hasil penelitian menjadi lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Bungasari, AS. Gambaran Sindroma Prahaid pada Remaja. Didapat dari <http://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/eclinic/article/view/6518>. 2015 (Diakses pada tanggal 24 Desember 2015)
2. Saryono dan Waluyo Sejati. *Sindrom Premenstruasi*. Yogyakarta : Nuha Medika; 2009.
3. Lestari, Prasetya. Hubungan antara keintiman keluarga dengan kejadian Premenstrual di Puskesmas Manisrenggo Klaten. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta Fakultas Kedokteran; 2014.
4. Namsa, AM, Henry Palandeng dan Vandri DK. Hubungan kondisi kerja dengan stres kerja perawat di ruang instalasi gawat darurat medic RSUP. Dr. R. D. Kandaou. Didapat dari <http://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/viewFile/8780/8341>. 2015 (Diakses pada tanggal 29 Desember 2015)
5. Susilowati, Titik. Gambaran Premenstrual Syndrome Pada Remaja Putri di SMP N 3 Kasihan Bantul. Yogyakarta: STikes Alma Ata; 2011.
6. Sidabutar, Sondang. Hubungan Antara Pengetahuan Siswi Kelas XI Tentang Prementrual Syndrome dengan kejadian Prementrual Syndrome di SMA Hang Tuah 1 Surabaya. Didapat dari <http://jurnal-griyahasada.com/awal/images/files/Penelitian%207.PDF>. 2012 (Diakses tanggal 24 januari 2016)
7. Wawan dan Dewi. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta : Nuha Medika; 2012.
8. Badriyah. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pre Menstrual Syndrome (PMS) pada Siswi Kelas XI di SMA N 3 Sragen. Didapat dari <http://digilib.stikeskusumahusada.ac.id/files/disk1/2/01-gdl-badriyahb0-75-1-ktibadr-i.pdf> . 2012 (Diakses pada tanggal 13 Desember 2015)
9. Wahyuni, Dwi. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Pada Siswi Kelas VIII di SMPN 2 Wonosegoro. Didapat dari <http://digilib.stikeskusumahusada.ac.id/files/disk1/1/01-gdl-dwiwahyuni-22-1-dwiwahy-i.pdf>. 2012. (Diakses pada tanggal 13 Desember 2015)
10. Mulyani, Sri. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Disminorea Kelas VIII di SMP N I Kedawung Sragen. Didapat dari <http://stikeskusumahusada.ac.id/digilib/files/disk1/1/01-gdl-srimulyani-38-1-srimuly-1.pdf>. 2012.(Diakses pada tanggal 04 januari 2016)

11. Proverawati dan Siti Misaroh. *Menarche*. Yogyakarta : Nuha Medika; 2009.
12. Widyastuti, Yani, Anita Rahmawati, Yuliasti E.P . *Kesehatan reproduksi*. Yogyakarta : Fitramaya; 2009.
13. Riwidikdo. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika; 2012.
14. Machfoedz, Ircham. *Metode penelitian*. Yogyakarta : Fitramaya; 2014.
15. Notoatmodjo, Soekidjo. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipata; 2012.
16. Machfoedz, Ircham. *Teknik Menyusun Kuesioner dan Panduan Wawancara*. Yogyakarta : Fitramaya; 2014.
17. Puspitasari L. Riris, Dewi E, dan Kun MR. Didapat dari <http://jurnal.uai.ac.id/index.php/SST/article/download/141/pdf> . 2016 (Diakses pada tanggal 27 Juni 2016)