BAB VI

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Dengan Penanganan Nyeri *Dismenore* di SMAN 2 Padang, maka dapat disimpulkan bahwa

1. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan remaja putri dengan dismenore mayoritas pengetahuan cukup sebanyak 51 orang (60%).
2. Distribusi frekuensi penanganan *dismenore* pada remaja putri di SMAN 2 Padang mayoritas yaitu 73 orang (90%) melakukan penanganan terhadap nyeri *Disminore.*
3. Terdapat hubungan pengetahuan remaja putri dengan dismenore terhadap penanganan dismenore di SMAN 2 Padang dengan nilai *p-value* sebesar 0,000.

B. Saran

1. Bagi Peneliti selanjutnya

   Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran dan pengalaman dalam memahami masalah dismenore pada remaja putri. Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggali lebih dalam dengan melibatkan lebih banyak responden, menambahkan variabel lain seperti faktor psikologis dan gaya hidup, serta menggunakan metode yang lebih variatif agar hasil penelitian lebih komprehensif dan aplikatif.

2. Bagi Remaja Putri

Remaja putri diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang dismenore melalui berbagai sumber informasi yang valid, seperti buku, media edukasi, atau konsultasi dengan tenaga kesehatan. Dengan pemahaman yang baik, diharapkan remaja mampu melakukan penanganan yang tepat terhadap nyeri haid sehingga tidak mengganggu aktivitas sehari-hari dan kesehatan reproduksi tetap terjaga.

3. Bagi Sekolah

Untuk sekolah, disaran penyuluhan dismenore adalah bekerja sama dengan puskesmas atau tenaga kesehatan untuk mengadakan penyuluhan yang memberikan informasi komprehensif mengenai penyebab, gejala, penanganan (nonfarmakologis seperti olahraga, hingga farmakologis), serta penekanan pada gaya hidup sehat seperti nutrisi dan pemantauan status gizi. Sekolah juga disarankan menyediakan fasilitas UKS yang memadai dan materi edukasi seperti buku, serta melakukan pemantauan gizi siswi secara berkala untuk mencegah atau mengurangi risiko dismenorea.