

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan Tingkat Stress dan Usia Menarche dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri, maka disimpulkan bahwa:

1. Sebanyak 28 orang (39,4%) remaja putri mengalami tingkat stress sedang di SMP Negeri 34 Padang Tahun 2025.
2. Sebanyak 36 orang (50,7%) remaja putri mengalami usia menarche normal di SMP Negeri 34 Padang Tahun 2025.
3. Sebanyak 41 orang (57,7%) remaja putri mengalami siklus menstruasi tidak normal di SMP Negeri 34 Padang Tahun 2025.
4. Terdapat hubungan Tingkat Stress dengan Siklus Menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 34 Padang tahun 2025, dengan p-value 0,015
5. Terdapat hubungan Usia Menarche dengan Siklus Menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 34 Padang tahun 2025 dengan p-value 0,039

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka penelitian yang telah dilakukan, peneliti memilih saran sebagai berikut:

1. Bagi SMP Negeri 34 Padang

Diharapkan kepada pihak sekolah untuk menyediakan edukasi yang komprehensif dan rutin tentang kesehatan reproduksi, termasuk informasi tentang menarche, siklus menstruasi yang normal dan faktor yang mempengaruhinya.

2. Bagi Istitusi Pendidik

Diharapkan hasil penelitian ini dapat sebagai bahan referensi di perpustakaan dan di sarankan bagi universitas Alifah Padang untuk lebih banyak menambah buku bahan bacaan tentang riset penelitian tentang siklus menstruasi pada remaja.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan bahwa penelitian ini dapat menjadi suatu referensi yang berkaitan dengan tingkat stress dan Usia Menarche dengan siklus menstruasi.

