

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dianalisis dan dibahas, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden yaitu usia responden dengan rerata berusia 15 tahun. Uang saku responden perhari termasuk kategori tinggi dengan rerata Rp. 18.548. Usia awal menstruasi responden rerata 12 tahun. Siklus menstruasi responden rerata 27 hari. Lama menstruasi responden dengan rerata 6 hari. Sebanyak 58,1% responden memiliki riwayat keluarga yang mengalami kejadian dismenorea primer dan sebanyak 41,9% responden tidak memiliki riwayat keluarga yang mengalami kejadian dismenorea primer.
2. Frekuensi konsumsi *junk food* pada siswi Jurusan Keperawatan di SMK Kesehatan Imelda Medan sebagian besar termasuk kategori  $\geq 7$  kali/minggu dengan persentase 67,7%.
3. *Screen time* pada siswi Jurusan Keperawatan di SMK Kesehatan Imelda Medan sebagian besar termasuk kategori tinggi ( $>2$  jam/hari) dengan persentase 77,4%.
4. Siswi Jurusan Keperawatan di SMK Kesehatan Imelda Medan yang mengalami dismenorea primer dengan persentase 63%
5. Hasil analisis uji *chi-square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara frekuensi konsumsi *junk food* dengan kejadian dismenorea primer siswi

Jurusan Keperawatan di SMK Kesehatan Imelda Medan dengan nilai nilai  $p$ -value 0,000 pada taraf signifikan 0,05, artinya semakin tinggi frekuensi konsumsi *junk food* maka kejadian dismenorea primer pada siswi akan meningkat.

6. Hasil analisis uji *chi-square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *screen time* dengan kejadian dismenorea primer siswi Jurusan Keperawatan di SMK Kesehatan Imelda Medan dengan nilai nilai  $p$ -value 0,000 pada taraf signifikan 0,05, artinya semakin tinggi tingkat *screen time* maka kejadian dismenorea primer pada siswi akan meningkat.
7. Berdasarkan hasil uji regresi cox menunjukkan bahwa hanya salah satu variabel yang paling dominan berhubungan signifikan secara statistik terhadap kejadian dismenorea primer. Terdapat hubungan signifikan antara frekuensi konsumsi *junk food* dengan kejadian dismenorea primer pada siswi Jurusan Keperawatan di SMK Kesehatan Imelda Medan dengan  $p$ -value 0,000 ( $p$  value < 0,05), sedangkan tidak terdapat hubungan signifikan antara *screen time* dengan kejadian dismenorea primer pada siswi Jurusan Keperawatan di SMK Kesehatan Imelda Medan dengan  $p$ -value 0,428 ( $p$  value > 0,05).

## 5.2. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat implikasi yang digunakan untuk peningkatan kesehatan pada siswi Jurusan Keperawatan di SMK Kesehatan Imelda Medan yaitu :

1. Hasil dari penelitian di SMK Kesehatan Imelda Medan jurusan keperawatan yaitu sebagian besar frekuensi konsumsi *junk food* pada siswi masuk ke dalam

kategori  $\geq 7$  kali/minggu dan tingkat *screen time* siswi termasuk dalam kategori tinggi, sehingga hal tersebut dapat dijadikan bahan refleksi pada siswi agar lebih memperhatikan asupan yang dikonsumsi setiap harinya dan memperhatikan waktu untuk melakukan *screen time*, guna mengurangi angka kejadian dismenorea primer pada remaja putri (siswi).

2. Hasil dari penelitian pada siswi Jurusan Keperawatan di SMK Kesehatan Imelda Medan yaitu terdapat angka dismenorea yang tinggi, sehingga hal tersebut dapat menjadi dasar dilakukannya penyuluhan mengenai edukasi untuk lebih memperhatikan faktor-faktor penyebab dismenorea primer sehingga dapat memperkecil angka dismenorea primer pada (siswi).

### 5.3. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian di atas, maka disarankan hal-hal sebagai berikut :

1. Siswi jurusan keperawatan di SMK Kesehatan Imelda Medan sebagai responden dalam penelitian ini perlu memperhatikan asupan makanan yaitu membatasi frekuensi konsumsi *junk food* dan mengurangi kegiatan yang berhubungan dengan *screen time* untuk mengurangi nyeri dismenorea yang dialami.
2. Pihak sekolah SMK Kesehatan Imelda Medan diharapkan dapat membuat kegiatan berupa penyuluhan guna menambah pengetahuan siswi mengenai pentingnya menjaga asupan makanan yaitu dengan membatasi frekuensi konsumsi *junk food* dan membatasi kegiatan *screen time*.