

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

5.1.1 Pada penelitian ini didapatkan sebagian besar responden mengalami tingkat stress kategori sedang (67,8%)

5.1.2 Pada penelitian ini didapatkan sebagian kecil responden mengalami indeks massa tubuh kategori normal (32,3%)

5.1.3 Pada penelitian ini didapatkan sebagian responden mengalami *premenstrual syndrome* kategori sedang (58,0%)

5.1.4 Berdasarkan uji statistic Spearman Rank didapatkan hasil bahwa  $\rho$  value  $< \alpha$  ( $0,002 < 0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan antara stress akademik dengan *premenstrual syndrome* pada siswi kelas 9 SMPN 1 SUMBERPUCUNG dengan nilai  $r$  0,530 yang berarti terdapat hubungan yang kuat antara dua variable tersebut. Namun, pada distribusi frekuensi data didapatkan hasil berupa ketidaksesuaian antara data dengan teori yang menyebutkan semakin tinggi tingkat stress maka akan semakin menyebabkan *premenstrual syndrome*.

5.1.5 Berdasarkan uji statistic Spearman Rank didapatkan hasil bahwa  $\rho$  value  $< \alpha$  ( $0,015 < 0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan antara indeks massa tubuh dengan *premenstrual syndrome* pada siswi kelas 9 SMPN 1 SUMBERPUCUNG dengan nilai  $r$  0,433 yang berarti terdapat hubungan yang kuat antara dua variable tersebut. Namun, pada distribusi frekuensi

data didapatkan hasil berupa ketidaksesuaian antara data dengan teori yang menyebutkan semakin besar IMT maka akan semakin menyebabkan *premenstrual syndrome*.

## **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dapat dikemukakan beberapa saran berikut.

### **5.2.1 Bagi Profesi Bidan**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui ada hubungan yang bermakna antara stress akademik dan indeks massa tubuh dengan *premenstrual syndrome*, oleh karena itu sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan tentang *premenstrual syndrome* maka tingkat pendidikan menjadi bahan pertimbangan untuk memilih materi, media, dan metode sesuai tingkat pendidikan.

### **5.2.2 Bagi Subyek Penelitian**

Berdasarkan hasil penelitian, pendidikan dapat mempengaruhi pengetahuan, maka responden disarankan untuk sering bertanya, membaca dan mencari tahu mengenai *premenstrual syndrome* agar dapat mencegahnya khususnya bagi remaja putri.

## **5.3 Rekomendasi**

Bagi peneliti yang akan melanjutkan penelitian ini agar melakukan uji ulang validitas, reliabilitas pada instrumen yang akan digunakan dan mencoba menguji factor-faktor *premenstrual syndrome* yang lainnya.