

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Status *menarche* di SDN Gegerkalong Girang 2, dari 50 responden banyak yang belum mendapatkan menstruasi dengan jumlah 35 siswi (70%) responden dan 15 siswi (30%) responden yang sudah mengalami menstruasi dilihat dari penyebaran kuisioner. Rata-rata usia *menarche* siswi di Sekolah Dasar Negeri Gegerkalong Girang 2 yaitu 12 tahun sebanyak 14 siswi (28%) dan 13 tahun 1 siswi (2%) dari responden, usia 12 sampai 13 tahun sudah menstruasi adalah hal normal terjadi pada wanita. Tingkat Stres yang belum *menarche* yaitu normal 12 siswi (34.3%), ringan 19 siswi (54.3%), sedang 4 siswi (11.4%).

Hal ini disebabkan siswi belum mengalami perubahan tubuh secara drastis dan sudah mempersiapkan diri dengan cara mencari informasi menangani stres saat menstruasi datang pertama kalinya sedangkan tingkat stres yang sudah menstruasi ada tiga kategori yaitu normal 10 siswi (66.6%), ringan 3 siswi (20%), sedang 2 siswi (13.4%), disebabkan siswi sudah mengalami pertumbuhan yang drastis dan merasakan nyeri menstruasi, berat dan sangat berat (0%) tidak ada di responden, untuk ada hubungannya tingkat stres dengan usia mengalami menstruasi pertama anak usia sekolah mendapatkan menstruasi bisa menjadi sebuah beban dan pikiran.

B. Saran

1. Sekolah Dasar Negeri Geger Kalong Girang 2

Tidak ada salahnya sekolah memberikan pelajaran dan pengajaran tentang sistem reproduksi kepada muridnya, sehingga apabila anak sudah mendapatkan menstruasi tidak akan terjadinya stres.

2. Untuk Peneliti Selanjutnya

Dianjurkan untuk meneliti tingkat stres, kecemasan pada anak usia sekolah dari kelas III-V yang rata-rata berusia 9 tahun sampai 11 tahun, karena pada umumnya umur 9 sampai 11 tahun pasti ada yang sudah mengalami khususnya menstruasi pertama dan faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada anak saat menghadapi menstruasi pertama (*menarche*).

