

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti kepada 84 responden remaja putri di SMKN 2 Sumedang, didapatkan kesimpulan hasil penelitian sebagai berikut:

1. Tingkat stres remaja putri di SMKN 2 Sumedang sebagian besar merupakan tingkat stres sedang yaitu sebanyak 54 responden (64%).
2. Siklus menstruasi remaja putri di SMKN 2 Sumedang sebagian besar merupakan siklus menstruasi normal yaitu sebanyak 46 responden (55%).
3. Terdapat hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMKN 2 Sumedang dengan  $p\ value = 0,004$

#### **5.2 Saran**

##### **5.2.1. Bagi Institusi SMKN 2 Sumedang**

Diharapkan kepada institusi SMKN 2 Sumedang untuk memberikan informasi terkait kesehatan reproduksi khususnya tentang menstruasi dengan melakukan penyuluhan agar para remaja putri lebih menyadari pentingnya mengetahui informasi terkait siklus menstruasi dan akibat dari stres yang dapat mempengaruhi menstruasi.

##### **5.2.2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Saran untuk peneliti selanjutnya yang berkaitan dengan judul penelitian ini agar dapat dikembangkan dan dapat dijadikan referensi untuk peneliti selanjutnya yang akan meneliti yang berhubungan dengan tingkat stres maupun siklus menstruasi.