

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan dengan judul “Hubungan Regulasi Emosi Dengan Tingkat Nyeri Menstruasi (Dismenore) Pada Remaja Putri Di MTsN 1 Sumedang” maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran tingkat dismenore pada remaja putri di MTsN 1 Sumedang menunjukkan sebagian besar responden mengalami tingkat nyeri ringan (54,5%)
2. Gambaran regulasi emosi pada remaja putri di MTsN 1 Sumedang menunjukkan sebagian besar responden memiliki regulasi emosi sedang (90,9%)
3. Berdasarkan hasil uji pearson chi square dapat disimpulkan bahwa nilai $p > \alpha$. Dimana nilai p adalah 0,624 dan nilai α adalah 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 **gagal ditolak** dan dengan kata lain tidak adanya hubungan secara signifikan antara regulasi emosi dengan tingkat dismenore pada remaja puteri di MTsN 1 Sumedang.

5.2 Saran

Berdasarkan analisa dan kesimpulan penelitian, untuk mencapai sebuah kesempurnaan bagi karya tulis ilmiah ini, peneliti menganjurkan beberapa saran kepada:

1. Bagi Institusi Pendidikan
Peneliti menganjurkan untuk bekerja sama dengan pelayanan kesehatan setempat untuk melakukan penyuluhan kesehatan mengenai regulasi emosi yang baik.
2. Bagi Ilmu Pengetahuan/Peneliti Selanjutnya
Diharapkan bagi peneliti selanjutnya melakukan penelitian lebih lanjut dengan memasukkan lebih banyak variabel seperti penambahan jenis kelamin, tempat, dan waktu untuk memperluas body of knowledge dan jumlah penelitian yang relevan sehingga kesimpulan yang didapat lebih akurat.