

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hal hal yang dapat disimpulkan pada penelitian ini adalah:

- 1 Status Pre Menstruasi Sindrom pada siswi di SMAN 11 Yogyakarta didominasi oleh kategori Normal-Ringan sebanyak 134 (80,7%) responden.
- 2 Status Gizi pada siswi di SMAN 11 Yogyakarta didominasi oleh kategori Normal dan Kurus (IMT <18,50 – 22,99) sebanyak 142 (85,5%) responden.
- 3 Aktifitas fisik pada siswi di SMAN 11 Yogyakarta didominasi oleh kategori Aktif sebanyak 102 (61.4%) responden.
- 4 Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variable berat badan lebih dan Aktivitas fisik terhadap kejadian variable derajat PMS ($P>0,05$).
- 5 Terdapat hubungan yang signifikan antara variable kelas dengan derajat PMS ($P=0,004$). Hal ini terjadi baik pada analisis bivariat maupun multivariat.

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan responden pada semua kelas untuk mendapatkan pemerataan jumlah responden. Selain

itu, perlu dilakukan uji perbandingan derajat PMS pada populasi remaja putri yang lebih luas.

2. Bagi Institusi Responden

Institusi responden diharapkan dapat meningkatkan edukasi yang baik terkait menstruasi dan PMS dengan tujuan untuk meningkatkan kesiapan dan pengetahuan siswi terkait menstruasi.