

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, analisis dan pembahasan maka dapat disimpulkan :

- 1) Tingkat Kecemasan Remaja Putri di SMAN 1 Banjarsari paling banyak mengalami tingkat kecemasan berat dengan jumlah 90 siswi (34,4%).
- 2) *Premenstrual syndrome* Remaja Putri di SMAN 1 Banjarsari paling banyak di kategori berat sebanyak 126 siswi (48,1%.)
- 3) Hasil analisis menggunakan *Rank Spearman* didapatkan hasil $\chi^2 = 0,001$ artinya $\text{sig} < 0,05$ sehingga ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan *Premenstrual Syndrome* pada remaja putri di SMAN 1 Banjarsari

5.2. Saran

Dari hasil penelitian yang telah didapatkan, maka terdapat saran :

- 1) Bagi siswi

Penelitian ini diharapkan siswi mengetahui gejala *premenstrual syndrome* dan dapat mengantisipasi dampak dari faktor- faktor yang dapat mempengaruhi *premenstrual syndrome* yang dapat menimbulkan kecemasan.

- 2) Bagi Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sebuah referensi terbaru dalam bidang ilmu Keperawatan Jiwa dan Keperawatan Maternitas terkait penanganan kecemasan pada remaja putri untuk meminimalisir *premenstrual syndrome*.

- 3) Bagi SMAN 1 Banjarsari

Hasil penelitian ini dapat menjadi pedoman bagi guru dan kepala sekolah SMAN 1 Banjarsari untuk mengadakan sesuatu kegiatan rutin yang ringan

namun bermanfaat bagi menurunkan kecemasan khususnya pada remaja putri.

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti seterusnya penulis menyarankan agar dapat melanjutkan penelitian ini yaitu dengan cara mengupgrade dan mengupdate tindakan keberlanjutan berdasarkan hasil dari penelitian ini serta menyempurnakan penelitian ini.