

## **BAB 7**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **7.1 Simpulan**

Berdasarkan tujuan dan hasil yang dicapai dari proses penelitian maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Siswi di SMAN 14 Surabaya sebagian besar memiliki IMT normal sebesar 54,1%.
2. Siswi di SMAN 14 Surabaya hampir seluruhnya mengalami dismenore terutama siswi dengan IMT kurang dan berlebih dengan presentase 96% dan 100%
3. Ada hubungan IMT dengan kejadian dismenore pada siswi SMAN 14 Surabaya dengan nilai  $P = 0,049$  ( $P < 0,05$ ).

#### **7.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, saran yang dapat diberikan oleh peneliti adalah sebagai berikut :

1. Bagi petugas kesehatan

Bagi petugas kesehatan khususnya bidan dapat meningkatkan promosi, edukasi pelayanan kesehatan pada remaja, tentang pentingnya kesehatan reproduksi dan kebutuhan gizi yang seimbang dalam sepanjang siklus kehidupan.

2. Bagi responden

Bagi responden agar dapat menjaga kesehatan reproduksi terlebih gangguan menstruasi dan menjaga pola konsumsi sehari-hari serta menjaga berat badan agar tetap seimbang serta diimbangi dengan olahraga yang teratur.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengembangkan dan mengadakan penelitian lebih lanjut untuk menemukan, mengetahui dan membuktikan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi gangguan menstruasi khususnya dismenore.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Kusmiran, E. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika; 2012.
2. Mar'at. *Sikap Manusia, Perubahan, Serta Pengukuran*. Jakarta: Ghalia Indonesia; 2008.
3. Chomaria, Nurul. *Aku Sudah Gede*. Solo: Samudra; 2008.
4. Rogers, K. *The Reproductive System; Human Body*. New York: The Rosen Publishing Group; 2010.
5. Potter dan Perry. *Fundamental Keperawatan Buku 3 Edisi 7*. Jakarta : Salemba Medika ; 2010.
6. Beddu, S., Mukarramah, S., Lestahulu, V. Hubungan status gizi dan usia menarche dengan dismenore primer pada remaja putri. *The Souteast Asian Journal of Midwifery*.2015 Vol 1. 1, No. 1,16-21; 2015.
7. Baziad, A. *Kontrasepsi Hormonal*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2008.
8. Arief, Mansjoer. *Kapita Selektta Kedokteran*. Jakarta: Media Aesculapius ; 2001.
9. Judha, dkk. *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*.Yogyakarta: Nuha Medika; 2012.
10. Almatzier, S. *Prinsip Dasar Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama; 2005
11. Nataria. Faktor -Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional "Veteran"Jakarta; 2011 (Dikutip Tanggal 3 Maret 2017)
12. Sulistyawati, A. *Deteksi Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta Selatan : Salemba Medika; 2014.
13. Paath, E. F. *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: EGC; 2007.
14. Kusmiran, E. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika; 2012.
15. Nataria. Faktor -Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional "Veteran"Jakarta; *Skripsi*. 2011 (Dikutip Tanggal 3 Maret 2017)
16. Alfrianne. Tingkat Pengetahuan Remaja Puteri Tentang Dismenorea Di Sekolah Menengah Kejuruan Bisnis Manajemen Dharma Bakti Medan, *Skripsi*. 2008. Dikutip tanggal 3Maret 2017

17. Wiknjosastro H. *Ilmu Kebidanan*. Edisi ke-4 Cetakan ke -2. Jakarta: Yayaan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2009.
18. Widjanarko, Bambang. Dismenore Tinjauan Terapi pada Dismenore Primer. *Majalah Kedokteran Damianus*, Januari Volume 5. No1, Januari 2006.
19. Widjanarko, Bambang. Dismenore Tinjauan Terapi pada Dismenore Primer. *Majalah Kedokteran Damianus*, Januari Volume 5. No1, Januari 2006.
20. Paath, E. F. *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: EGC; 2004. hal.70-71
21. Reece, EA, Barbieri, R. *Obstetrics and Gynecology; The Essentials of Clinical Care*. USA: Thieme; 2009.
22. Wijaya VG, Ismoyowati, Saleh DM Kajian kadar kolesterol dan trigliserida darah berbagai jenis itik lokal yan pakannya disuplementasi dengan probiotik. *Jurnal Ilmiah Peternakan*, 1(2): 2013. 661-8
23. Arisman. *Obesitas, Diabetes mellitus, & Dislipidemia*. Mahode AA, Astuti NZ, editor. Jakarta: EGC. 2011. p. 162-5.
24. World Health Organization. *Global Health Risks Report 2009*. France : WHO. 2009.
25. Kantachuversiri A, Sirivichayakul C, KaewKungwal J, Tungtrongchitr R, Lotrakul M. *Factors associated with obesity among workers in a metropolitan waterworks authority*. Southeast Asian J Trop Med Public Health. 2005. 36:1057-65.
26. Hill JO. *Obesity: Etiology in Modern Nutrition in Health and Disease*. Lippincot Wilkins. US. <http://www.itd.unair.ac.id/files/ebook/html> 2006. Diakses tanggal 6 Oktober 2019
27. Abramowitz, M. *Diseases and Disorder: Obesity*. Smith GS, editor. Lucent Books.USA; 2004. p. 44.
28. Siti. Hubungan Antara Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Siswa Sekolah Dasar dan Sekolah Menengah Pertama Shafiyatul Amaliyyah Medan Tahun 2011. *Skripsi*. Dikutip Tanggal 3 Maret 2017
29. Amalia, Karis. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Usia Menarche pada Remaja Putri di SMPN 155 Jakarta. *Skripsi*. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah; 2011.
30. Nathan A. *Primary dysmenorrhoea*. Practice Nurse, 30(6); 2005.
31. Laszlo, KD., Gyorffy, Z., Adam, S., Csoboth. C., & Kopp, M.S. Work-related stress factors and menstrual pain: a nation-widerepresentative survey. *Jurnal of psychosomatic Obstetrics & Gynecology*. 2008; 29 (2): 133-138, (Diperoleh 5 Maret 2017) dari <http://web.ebscohost.com/ehost/pdvie>

32. Baziad, A. *Kontrasepsi Hormonal*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2008.
33. Prawirohardjo, Sarwono. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka; 2005.
34. Gsianturi, *Zat Gizi sangat diperlukan oleh tubuh*. June 28,2002, diakses dari <http://www.suaramerdeka.com/harian/0109/18/dar 30.htm>
35. Arisman. *Gizi dalam Daur Kehidupan: Buku Ajar Ilmu Gizi*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC; 2004.
36. Okparasta, Andika, 2003. *Dismenore*. Available from: <http://fkunsri.wordpress.com/2008/02/06/dismenore-part-1> . (diakses 5 april 2017)
37. Noviana, N. dan Wilujeng, D.R. *Kesehatan Reproduksi Untuk Mahasiswa Kebidanan* . Jakarta : C.V Trans Info Media, hlmn 26-28, 43-44; 2014.
38. Guyton, A.C. and Hall, J.E.. *Textbook of Medical Physiology*. 11<sup>th</sup> ed. Philadelphia, PA, USA: Elsevier Saunders; 2006.
39. Baranowski, A.P., Abrams, P., and Fall, M. *Urogenital pain in clinical practice*. London: CRC Press. Hlmn: 269; 2007.
40. Winkjosastro, Hanifa, Saifuddin, Abdul Bari, Rachimhadhi, Trijatmo. *Ilmu Kandungan*. Edisi 2. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2007.
41. Notoatmodjo, S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta; 2010.
42. Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta. 2013
43. Proverawati, A & Misaroh,S. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna; Siklus Menstruasi*. Yogyakarta : Nuha Medika. 2009.
44. Nursalam dan Pariani S. *Pendekatan Praktis Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika. 2010.
45. Anugroho, Dito & Wulandary, Ari. *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta: Nuha Medika. 2011.
46. Pebrina, M.. Hubungan Status Gizi dengan Dismenore. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*. 7(2): 35-44 2016.
47. Widjanarko, B.. Dismenore Tinjauan Terapi pada Dismenore Primer. *Majalah Kedokteran Damianus*, 5(1): 50-62. 2012.
48. Karima, Oktavia Rizki. Hubungan Tingkat Obesitas Dengan Derajat Dismenore Pada Remaja Putri Jurusan Akutansi Kelas 2 Di SMK Negeri 1 Surabaya. *Karya Tulis Ilmiah*. Surabaya : Prodi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nahdlatul Ulama. 2015.

49. Harmoni, P.H. Hubungan Antara Imt Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Dismenore Di SMA Batik 1 Surakarta. *Naskah Publikasi*. Surakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta. 2018