

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian hubungan pengetahuan tentang PMS dengan perilaku koping dalam kecemasan saat PMS dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tingkat pengetahuan tentang PMS pada siswi di SMPN 1 Kasihan Bantul kategori baik sebesar 33 responden (52,4%), pengetahuan cukup tentang PMS sebanyak 27 responden (42,9%) dan pengetahuan kurang tentang PMS sebanyak 3 responden (4,8%).
2. Perilaku koping dalam mengatasi kecemasan saat PMS pada siswi di SMPN 1 Kasihan Bantul dalam kategori baik sebanyak 12 responden (19,0%), kategori cukup baik sebanyak 36 responden (57,1%) dan kurang baik sebanyak 15 responden (23,8%)
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara hubungan pengetahuan tentang PMS dengan perilaku koping dalam mengatasi kecemasan saat PMS di SMPN 1 Kasihan Bantul dengan $p\ value = 0,000 (<0,05)$

B. Saran

1. Bagi profesi perawat

Perawat dapat memberikan intervensi keperawatan yakni pendidikan kesehatan kepada siswi dengan memberikan informasi mengenai PMS dan perilaku koping dalam mengatasi kecemasan saat PMS.

2. Bagi SMPN 1 Kasihan Bantul

SMPN 1 Kasihan Bantul bisa memberikan konseling mengenai perilaku koping yang tepat untuk menangani PMS, serta menyediakan fasilitas untuk penangan PMS yang tepat seperti menyediakan air hangat untuk mengopres.

3. Bagi responden

Siswi diharapkan aktif dalam peningkatan pengetahuan tentang kesehatan remaja, khususnya tentang PMS serta mencari informasi tentang PMS dan perilaku koping dalam mengatasi PMS dari majalah, buku maupun internet.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat menggunakan penelitian ini sebagai bahan pertimbangan dan referensi untuk melakukan penelitian selanjutnya dan dapat meneliti tentang faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku dalam mengatasi kecemasan saat PMS.