

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Kesimpulan yang didapatkan pada penelitian ini adalah :

1. Berdasarkan Menstrual Distress Questionnaire angka kejadian terbanyak dalam keluhan yang dirasakan pada mahasiswi Fakultas kedokteran Universitas Maranatha Bandung Angkatan 2015, 2016 dan 2017 adalah sering menangis (30,20%), menurunnya performa kuliah (27,77%), sering tidur siang atau berbaring (39,64%), sakit kepala (26,87%), kram bawah panggul (40%), nyeri punggung (28,90%), kelelahan (40,53%), mudah marah (31,43%), nyeri yang umum (38,88%), suasana hati mudah berubah (34,12%), perubahan pola makan (33,33%).
2. Berdasarkan Menstrual Distress Questionnaire gambaran keluhan yang dirasakan pada mahasiswi Fakultas kedokteran Universitas Maranatha Bandung Angkatan 2015, 2016 dan 2017 adalah sering menangis, menurunnya performa kuliah, sering tidur siang atau berbaring, sakit kepala, kram bawah panggul, nyeri punggung, kelelahan, mudah marah, nyeri yang umum, suasana hati mudah berubah, perubahan pola makan.

5.2 Saran

Saran yang didapatkan dari penelitian :

1. Dilakukan penelitian lanjutan, untuk mencari metode yang efektif untuk mengatasi *dysmenorrhea*.
2. Dilakukan penelitian lanjutan, untuk meneliti penyebabnya atau faktor yang mempengaruhi timbulnya *dysmenorrhea*.
3. Dilakukan penelitian lanjutan, untuk meneliti terapi khususnya untuk terapi non farmakologi pada *dysmenorrhea*.
4. Dilakukan penelitian lanjutan, untuk meneliti gambaran lain yang terjadi pada *dysmenorrhea*.

