

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang efektifitas edukasi kelompok sebaya terhadap tingkat kecemasan siswi menghadapi PMS, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat kecemasan menghadapi PMS sebelum mendapatkan edukasi pada siswi kelas X dan XI di SMA BHK Grogol Jakarta Barat, 29 respon tidak ada kecemasan, 23 responden Kecemasan ringan, 16 kecemasan sedang, 8 kecemasan berat dan 1 responden kecemasan sangat berat
2. Tingkat kecemasan menghadapi PMS sesudah mendapatkan edukasi pada siswi kelas X dan XI di SMA BHK Grogol Jakarta Barat, tidak ada kecemasan 56 responden, kecemasan ringan 15 responden dan kecemasan sedang 6 responden.
3. Ada pengaruh edukasi kelompok sebaya terhadap tingkat PMS pada siswi kelas X dan XI di SMA BHK Grogol Jakarta Barat yang signifikan.

B. Saran

1. Bagi Responden

Untuk remaja putri diharapkan untuk lebih mengenal kecemasan apa yang dialami saat PMS, sehingga tidak mengganggu kegiatan sekolah

2. Bagi Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Sint Carolus

Diharapkan instansi keperawatan dapat memberikan informasi kesehatan kepada remaja putri dengan berkunjung dan memberikan edukasi khususnya mengenai PMS dua kali dalam setahun.

3. Bagi BHK Grogol Jakarta Barat

Diharapkan SMA dapat mengambil kebijakan mengenai pendidikan kesehatan berupa sosialisasi tentang Edukasi kelompok sebaya mengenai reproduksi khususnya mengenai PMS.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai Efektifitas edukasi kelompok sebaya terhadap tingkat kecemasan siswi menghadapi PMS, memperhatikan waktu pemberian kuisioner *post test*, sebaiknya di bagikan kepada responden 1 minggu menjelang menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Mohammad & Asrori, M. 2014. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- All, Shrestha et. 2019. "Premenstrual Syndrome in Students of a Teaching Hospital. J Nepal Health."
- Arikunto, Suharsimi. 2012. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka cipta.
- Astari, Ruri, and Eri Fitriyani. 2019. "Pengaruh Peer Education Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Pencegahan Hiv-Aids Di Smk Korpri Majalengka." *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal* 10(2):143–52. doi: 10.34305/jikbh.v10i2.93.
- BKKBN. 2007. *Kurikulum Dan Modul Pelatihan Pemberian Informasi Kesehatan Reproduksi Remaja Oleh Pendidik Sebaya*.
- Collier. 2016. "May 2016, Peer Education Network 1." (May):1–8.
- Damsar. 2012. *Pengantar Sosiologi Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- dkk Azizah. 2020. "Hubungan Aktivitas Olahraga Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Remaja Putri." 2:393–98.
- dkk Ibrahim Andi. 2018. *Metodelogi Penelitian*. Ismail Ily. edited by I. Ilyas. Makassar : Gunadarma Ilmu.
- ernawati, dkk. 2017. "Menejemen Kesehatan Menstruasi." Pp. 148–62 in Vol. 148. Jakarta.
- Eva Ellya Sibagariang. 2016a. *Kesehatan Reproduksi Wanita*. revisi. edited by A. Mafftuhin. jakarta.
- Handayani, Dwi Sri, Elsi Dwi Hapsari, and Widyandana Widyandana. 2020. "Pendidikan Kesehatan Media Sosial Online Berpengaruh Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Premenstrual Syndrome." *JHeS (Journal of Health Studies)* 4(2):107–18. doi: 10.31101/jhes.1646.
- Health., Massachusetts General Hospital Center for Women's Mental. n.d. "PMS and PMDD

- Cambridge: Harvard Medical School;” 2016.
- Imron. 2012. *Manajemen Peserta Didik Berbasis Sekolah*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Jane, Joyce &. 2014. *Keperawatan Medikal Bedeah*. 8th ed. indonesia : CV Pentasada Media Edukasi.
- Kasron dkk. 2016. *Teori Keperawatan Dan Tokohnya*. Jakarta: CV Trans Info Media.
- Kathryn, Heuters &. 2012. *Buku Ajar Patofisiologi*. volume 2. edited by P. dr. Djoko. Jakarta indonesia.
- KEPPKN Kemenkes RI. 2017. “Pedoman Dan Standar Etik Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Nasional.” *Kementerian Kesehatan RI* 1–158.
- Kurniasih, Dewi, Yudi Rusfiana, Subagyo Agus, and Rira Nuradhawati. 2021. “Teknik Analisa.” *Alfabeta Bandung* 1–9.
- Lubis, N. M. 2013. *Psikologi Kespro Wanita Dan Perkembangan Reproduksi Ditinjau Dari Aspek Fisik Dan Psikologi*. Jakarta.
- Maticka et all. n.d. “Peer-Led Interventions to Reduce HIV Risk of Youth: A Review. Eval Program Plann. Title.” 2010.
- Meliyanti, Fera. 2015. “Efektivitas Penggunaan Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Kelas VIII Tentang HIV / AIDS Di SMP Negeri 2 Ogan Komering Ulu.” *Jurnal Akademika Baiturrahim* 4(2):26–34.
- Muflihunna, A. et all. 2020. “Peningkatan Pemahaman Mengenai Menstruasi Melalui Penyuluhan Serta Pemeriksaan Golongan Darah Di Usia Dini.” III(November):155–65.
- Ni Komang Ratih, A. .. 2012. “Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Koping Siswa SMUN 16 Dalam Menghadapi Ujian Nasional.” 1.
- Notoatmodjo. 2011. *Kesehatan Masyarakat Ilmu Dan Seni*. Revisi. jakarta.
- Nurhanifah, Tia, and Menik Sri Daryanti. 2020. “Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Kejadian Premenstruasi Sindrom (PMS) Pada Remaja.” *Journal of Nursing Care & Biomolecular* 5(1):93–100.

- Nursalam. 2016. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta : Salemba.
- Pender. 2011. *Health Promotion in Nursing Practice*. Sixth.
- Rahayu, Herlina. 2019. “Hubungan Aktivitas Olahraga Terhadap Kejadian Sindrom Premenstruasi Pada Remaja Di Sman 1 Bayat Klaten.” *Proceedings of the National Seminar on Women’s Gait in Sports towards a Healthy Lifestyle* (April).
- Raudhatun dkk. 2019. “Jurnal Pengabdian Masyarakat (Kesehatan) Vol . 1 No . 2 Oktober 2019 Universitas Ubudiyah Indonesia PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG PREMENSTRUAL SYNDROME (PMS) PADA REMAJA PUTRI UPAYA UNTUK MENINGKATKAN KESEHATAN REPRODUKSI DI SMK NEGERI 3 BANDA ACEH HEA.” 1(2):28–32.
- Rohana, Nana, Mariyati, and Fatmah. 2019. “Hubungan Caring Perawat Dengan Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien Di Ruang Intensive Care Unit (ICU) RSUD Dr. H Soewondo Kendal.” *Indonesian Journal of Nursing Science and Practice* 100–108.
- Sinaga E dkk. 2017. *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta: Global One; 2017.
- Stefanie, Evrianasari. 2018. “PENGARUH ALPUKAT TERHADAP GEJALA PREMENSTRUAL SYNDROME (PMS) PADA MAHASISWA KEBIDANAN TINGKAT I DI PRODI KEBIDANAN UNIVERSITAS MALAHAYATI BANDAR LAMPUNG TAHUN 2017.”
- Stuart. 2007. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. 5th ed. Jakarta. EGC.
- Sugiyono. 2018. *Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Tolli, M. V. 2012. “Effectiveness of Peer Education Interventions for HIV Prevention, Adolescent Pregnancy Prevention and Sexual Health Promotion for Young People: A Systematic Review of European Studies.” *Health Education Research* 27(5):904–13. doi: 10.1093/her/cys055.
- Tumurang 2019. *Promosi Kesehatan*. Sidoarjo : Indomedia Pusaka.