

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Penelitian menggunakan metode Literatur Review ini mengumpulkan hasil analisis dari beragam sumber penelitian jurnal dan artikel nasional maupun internasional. Dari 10 jurnal dan artikel yang didapat dan dianalisis, diperoleh 8 jurnal yang menyatakan ada hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi pada remaja putri dan 2 jurnal yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan tingkat stres terhadap gangguan siklus menstruasi remaja putri.

Menurut telaah jurnal di dapatkan hubungan stres dengan gangguan siklus menstruasi yang di sebabkan oleh stres akademik (tugas sekolah), serta hubungan dengan keluarga yang kurang baik.

#### **B. Saran**

Untuk menambah wawasan mengenai pengaruh tingkat stres terhadap siklus menstruasi pada remaja putri, beberapa saran yang peneliti sampaikan berhubungan dengan hasil metode literature review yaitu:

##### **1. Bagi institusi pendidikan**

Hasil metode *literature review* ini dapat menjadi literature atau penelitian terkait yang bisa dimanfaatkan untuk penelitian selanjutnya dan juga sebagai bahan masukan dalam proses belajar mahasiswa tentang penelitian atau *literature review*.

## 2. Bagi peneliti

Dapat menambah dan meningkatkan ilmu pengetahuan serta pengalaman peneliti dalam bidang ilmu kesehatan sehingga dapat diaplikasikan dalam bidang kesehatan.

## 3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil dari literature review ini dapat dimanfaatkan sebagai referensi pada penelitian selanjutnya mengenai pengaruh tingkat stres terhadap siklus menstruasi pada remaja putri dan juga sebagai bahan masukan dalam proses belajar mahasiswa mengenai penelitian atau *literature review*.

## 4. Bagi remaja

Diharapkan remaja putri bisa mengetahui dampak dari stres yang bisa mengganggu siklus haid pada remaja putri dan dapat mengendalikan derajat stresnya dengan baik.