

## **BAB VI PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan tingkat *Dysmenorrhea* pada remaja putri di SMAN 4 Kota Padang Tahun 2023 maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Lebih dari separuh 48 (60,7%) responden mengalami tingkat *Dysmenorrhea* dengan nyeri berat pada Remaja Putri di SMAN 4 Kota Padang Tahun 2023.
2. Lebih dari separuh 59 (74,7%) responden mengalami kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) yang sering pada Remaja Putri di SMAN 4 Kota Padang Tahun 2023.
3. Ada hubungan kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan tingkat *Dysmenorrhea* pada remaja putri di SMAN 4 Kota Padang Tahun 2023 dengan  $p\text{-value} = 0.000$

### **B. Saran**

#### **1. Bagi Institusi Pendidikan**

Diharapkan sebagai acuan bagi tenaga kesehatan atau referensi bacaan serta untuk hubungan kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan tingkat *Dysmenorrhea*.

#### **2. Bagi Tenaga Kesehatan Profesional**

Diharapkan dapat memberikan informasi yang berkaitan dengan hubungan kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan tingkat *Dysmenorrhea*.

### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan dapat menjadi acuan bagi peneliti Selanjutnya sebagai bahan perbandingan dalam meneliti tentang hubungan kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan tingkat *Dysmenorrhea*.

### **4. Bagi Tempat Penelitian**

Diharapkan dapat memberikan pendidikan atau penyuluhan kesehatan mengenai kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji dengan kejadian *Dysmenorrhea* pada remaja. Sehingga kejadian *Dysmenorrhea* tidak mengganggu terhadap proses pembelajaran. Kepada remaja putri untuk mengurangi konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) sehingga menurunkan resiko terjadinya *Dysmenorrhae*.