

BAB 7**PENUTUP**

Pada bab ini disajikan kesimpulan dan saran dari hasil penelitian tentang hubungan tingkat kecerdasan emosional dengan derajat *Pre Menstrual Syndrome*(PMS) pada remaja putri di SMK Negeri 2 Malang.

7.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, maka peneliti menyimpulkan beberapa hal berikut:

1. Tingkat kecerdasan emosional pada remaja putri di SMK Negeri 2 Malang masuk dalam kategori cukup (55,6%).
2. Derajat PMS pada remaja putri di SMK Negeri 2 Malang sebagian besar adalah ringan (72,2%).
3. Ada hubungan antara tingkat kecerdasan emosional terhadap derajat PMS dengan nilai p (0,000) dan kekuatan nilai korelasi sedang yaitu $(r) = (-)0.433$ yang bermakna semakin tinggi kecerdasan emosional seseorang maka derajat PMS nya akan semakin ringan.

7.2 Saran

7.2.1 Bagi Institusi Terkait/Bidan

Melihat adanya hubungan antara tingkat kecerdasan emosional dan derajat PMS maka diharapkan penelitian ini dapat menjadi wacana dan memberikan masukan kepada bidan dalam memberikan penyuluhan kepada wanita usia subur tentang keterkaitan kecerdasan emosional dalam mengurangi derajat PMS. Bidan dapat menjelaskan kepada ibu-ibu yang memiliki anak perempuan atau kepada remaja putri secara langsung bahwa *Pre Menstrual Syndrome* (PMS) adalah keadaan yang fisiologis sehingga tidak membutuhkan obat-obatan atau jamu yang biasa digunakan masyarakat untuk mengurangi keluhan PMS, sebab dengan istirahat yang cukup dan mengelola emosi dengan baik dapat meringankan derajat PMS yang dialami oleh seseorang. Selain penyuluhan dan konseling, bidan juga mengajarkan kepada wanita usia subur yang mengalami PMS bagaimana cara-cara dalam mengelola emosi dengan baik untuk meringankan derajat PMSnya.

7.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi masukan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan wawasan dan dapat digunakan sebagai dasar dalam penelitian selanjutnya. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengadakan penelitian lanjutan mengenai kecerdasan emosional dan PMS dengan

meneliti faktor lain yang mempengaruhi derajat PMS. Sehingga dapat diketahui faktor lain yang mempunyai hubungan paling besar terhadap derajat PMS.

