

## **BAB V**

### **KESIMPULAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

1. Di antara para kadet mahasiswi FKIK Unhan RI, mayoritas berusia 21 tahun yaitu 22 orang (44,0%). Selain itu, 46 orang (92,0%) mengalami durasi menstruasi 3-7 hari, dan 45 orang (87,2%) memiliki interval siklus menstruasi 21-35 hari.
2. Dari keseluruhan 50 subjek penelitian, sebanyak 29 orang (58,0%) merasa mengalami perburukan akne vulgaris pada periode waktu menstruasi.
3. Pengumpulan data selama dua bulan menunjukkan bahwa jerawat vulgaris sebagian besar terjadi selama fase pramenstruasi (1-7 hari sebelum menstruasi), mempengaruhi 31 orang (62,0%) di bulan September dan 30 orang (60,0%) di bulan Oktober.
4. Ditemukan hubungan yang signifikan secara statistik antara periode menstruasi dan terjadinya akne vulgaris, seperti yang ditunjukkan oleh nilai  $p < 0,001^*$

#### **5.2 Saran**

1. Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggali lebih dalam hubungan antara usia, durasi siklus menstruasi, jarak antar siklus, dan perburukan akne vulgaris. Selain itu, penggunaan kamera dengan resolusi lebih tinggi direkomendasikan untuk meningkatkan kualitas dokumentasi.
2. Subjek penelitian dianjurkan untuk menjaga kebersihan wajah guna meminimalkan risiko akne vulgaris, terutama menjelang menstruasi.
3. Edukasi perawatan kulit sesuai periode waktu menstruasi penting untuk mencegah akne vulgaris, termasuk pemilihan produk, pola makan sehat, manajemen stres, dan kebersihan wajah.