

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul hubungan *menstrual hygiene* dan kebutuhan praktik menstruasi pada remaja di SMP Negeri 25 Kota Padang tahun 2022, dengan jumlah responden 85 orang, dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Lebih dari setengah responden yaitu sebanyak 44,7% memiliki tingkat *menstrual hygiene* yang kurang.
2. Hampir dari setengah responden yaitu sebanyak 45,9% kebutuhannya tidak terpenuhi dalam praktik menstruasi.
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara *menstrual hygiene* dengan kebutuhan praktik menstruasi pada remaja di SMP Negeri 25 Kota Padang dengan nilai $p = 0,032$ ($p \text{ value} < 0,05$).

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, peneliti memberi saran sebagai berikut:

1. Bagi sekolah
 - a. Sekolah diharapkan dapat membuat program promosi kesehatan berbasis sekolah yang membahas self-care (berupa informasi terkait perawatan diri, penyakit yang ditimbulkan oleh buruknya

menstrual hygiene), problem-solving skill (berupa pengambilan keputusan terkait kebutuhan menstruasi, dan skill memecahkan masalah).

b. Bagi anggota UKS di sekolah, dapat dijadikan sebagai referensi untuk melihat dan menilai kebutuhan menstruasi bagi siswi di sekolah dan dapat dijadikan sebagai peer group sehingga semua siswi dapat memenuhi kebutuhan praktik menstruasi.

c. Bagi siswi di sekolah diharapkan dapat membawa cadangan pembalut pengganti agar tetap dapat mengganti pembalut jika tidak tersedia di sekolah. Siswi juga diharapkan untuk membawa kantong plastik untuk menyimpan bekas pembalut sementara jika di sekolah tidak tersedia tempat sampah. Setelahnya sampah bekas pembalut dapat dibuang di rumah.

2. Bagi dinas kesehatan atau puskesmas

Diharapkan pelayanan kesehatan dapat membuat intervensi promosi kesehatan dengan metode *focus group discussion* (FGD) khusus membahas topik kebersihan dan kebutuhan menstruasi dikalangan remaja dalam upaya meningkatkan kebersihan reproduksi dan menurunkan risiko penyakit yang berhubungan dengan kebersihan organ reproduksi.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya yang akan meneliti topik yang sama untuk melanjutkan penelitian ini dengan

menambahkan variabel lain atau meneliti dengan desain yang berbeda, seperti desain penelitian kualitatif ataupun menggali lebih dalam terkait faktor-faktor penghambat *menstrual hygiene* pada remaja.

