

## BAB 6 PENUTUP

### 1.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan praktik kebersihan menstruasi pada siswi di SMP N 35 Padang didapatkan kesimpulan di antaranya:

1. Lebih dari setengah siswi memiliki praktik kebersihan menstruasi buruk
2. Lebih dari setengah siswi memiliki *self efficacy* tinggi
3. Lebih dari setengah siswi memiliki pengetahuan buruk
4. Lebih dari setengah siswi memiliki sikap negatif
5. Lebih dari setengah siswi menyatakan sarana WASH tidak memadai
6. Lebih dari setengah siswi memiliki cukup sumber informasi
7. Lebih dari setengah siswi kurang memiliki dukungan teman sebaya
8. Terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan praktik kebersihan menstruasi. Siswi yang memiliki *self efficacy* yang rendah berpeluang 3 kali untuk melakukan praktik kebersihan menstruasi yang buruk.
9. Terdapat hubungan antara pengetahuan dengan praktik kebersihan menstruasi. Siswi yang memiliki pengetahuan yang buruk memiliki peluang 2,741 kali untuk melakukan praktik kebersihan menstruasi yang buruk.
10. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan praktik kebersihan menstruasi.
11. Terdapat hubungan antara sarana WASH dengan praktik kebersihan menstruasi. Siswi yang memiliki sarana WASH yang tidak memadai memiliki peluang 2,546 kali untuk melakukan praktik kebersihan menstruasi yang buruk.

12. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sumber informasi dengan praktik kebersihan menstruasi.
13. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan praktik kebersihan menstruasi. Siswi yang kurang mendapatkan dukungan teman sebaya memiliki peluang 2,571 kali untuk melakukan praktik kebersihan menstruasi yang buruk.
14. Variabel yang paling berhubungan dengan praktik kebersihan menstruasi adalah pengetahuan. Pengetahuan memiliki peluang sebesar 2,714 kali dapat mempengaruhi praktik kebersihan menstruasi pada siswi di SMP N 35 Padang.

## 1.2 Saran

### 1.2.1 Bagi Puskesmas

1. Menerapkan metode *Biblioterapi*, yaitu melalui media buku agar remaja mudah mengungkapkan masalahnya terkait kesehatan. Diharapkan puskesmas dapat membagikan kepada UKS SMPN 35 Padang Buku Rapor Kesehatanku. Di dalam buku tersebut terdapat pemeriksaan fisik, riwayat kesehatan anak, riwayat imunisasi, riwayat kesehatan keluarga, perilaku berisiko, kesehatan reproduksi, kesehatan inteligensia, dan kesehatan mental emosional. Buku ini terdiri dari dua meliputi Seri Catatan Kesehatan dan Seri Informasi Kesehatan. Dengan adanya buku ini, sekolah dapat memantau kesehatan siswa termasuk mengenai kesehatan reproduksi siswa.
2. Melakukan penyuluhan tentang pentingnya menjaga kebersihan menstruasi yang ditujukan agar siswa siswinya dapat memperoleh informasi yang cukup. Dilengkapi dengan poster himbauan untuk menerapkan manajemen kebersihan menstruasi serta dampaknya yang dapat diletakkan di dalam kelas. Papan roda

menstruasi diletakkan di toilet siswa, buku bacaan disimpan di UKS dan perpustakaan sekolah yang menarik dan mudah dipahami agar materi terkait menstruasi menjadi suatu hal yang wajar dibicarakan dan akses untuk mendapatkan informasinya juga mudah didapatkan.

3. Sosialisasi yang berulang dan berkala mencakup kepada siswa laki-laki dan perempuan, sehingga informasi yang disampaikan tidak dilupakan dan menjadi kebiasaan yang melekat dalam kehidupan sehari-hari dapat diberikan oleh pihak sekolah dengan bekerjasama dengan pihak puskesmas setempat. Didukung menggunakan media dan metode *role play* agar mendorong peran aktif siswi sehingga menumbuhkan percaya diri, keyakinan diri siswi, pemahaman lebih kuat.

### 1.2.2 Bagi Sekolah

1. Pihak sekolah perlu membentuk PIK-R untuk mewadahi siswi yang ingin berdiskusi secara terbuka karena dapat berkomunikasi dengan lebih mudah dipahami dan mendalam. Sehingga dapat aktif memberikan informasi yang tepat seputar kesehatan reproduksi kepada siswi lainnya.
2. Sekolah dapat membuat aturan-aturan untuk mengontrol sikap siswi. Aturan ini dibuat dibawah pengawasan dan pengingat dengan menugaskan petugas UKS atau guru BK. Seperti melakukan pengawasan rutin di fasilitas toilet. Diharapkan siswi dapat mematuhiya dan menerapkan praktik yang baik.
3. Meningkatkan keterampilan komunikasi antara guru dan siswi dalam bentuk konseling. Guru BK dapat secara aktif memberikan konseling terkait masa pubertas dan menstruasi.
4. Sosialisasi di sekolah juga diberikan kepada wali murid dan masyarakat sebagai sumber informasi awal dan utama bagi anak. Memberikan referensi

channel youtube atau *account* mengenai kesehatan reproduksi yang terpercaya agar saat mengakses media sosial terhindar dari informasi yang tidak tepat.

5. Sekolah harus melengkapi toilet agar aman dan nyaman bagi siswi perempuan, tidak harus dengan pembangunan baru tetapi bisa memanfaatkan toilet yang ada seperti membagi toilet menjadi toilet siswa laki-laki dan siswi perempuan.
6. Sekolah harus melengkapi fasilitas pendukung seperti obat pereda nyeri menstruasi di UKS serta tempat sampah di toilet agar siswi nyaman mengikuti kegiatan di sekolah saat mengalami menstruasi.
7. Pihak sekolah sebaiknya melengkapi sarana WASH di sekolah dengan materi Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE). Dengan membuat tulisan sederhana yang informatif contohnya “Gantilah Pembalut 4 jam Sekali” atau “Jangan Membuang Pembalut di Kloset” yang dapat ditempel di toilet siswa.
8. Mengoptimalkan peran PMR yang telah dibentuk. Memberikan pelatihan khusus kepada anggota PMR tentang manajemen kebersihan menstruasi serta mempersiapkan untuk memberikan edukasi yang akurat kepada siswi lainnya. Anggota PMR dapat memberikan dukungan emosional dan konseling kepada siswi yang mengalami menstruasi dan memberikan bantuan.

### **1.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

1. Melakukan penelitian mengenai kebersihan menstruasi pada siswi SMP dengan mengkaji faktor lain seperti peran guru dan peran petugas kesehatan dengan cakupan wilayah lebih luas.
2. Diharapkan penelitian selanjutnya, faktor-faktor yang berhubungan dengan kebersihan saat menstruasi dapat menggunakan metode kualitatif, sehingga dapat menggali lebih dalam dan menghasilkan data yang lebih baik.