

BAB 6 : PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai faktor yang berhubungan dengan praktik kebersihan menstruasi siswi di SMP Negeri 1 dan SMP Negeri 5 Sibolga Tahun 2023 didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Lebih dari setengah (64,1%) siswi di SMP Negeri 1 dan SMP Negeri 5 Sibolga melakukan praktik kebersihan menstruasi yang buruk.
2. Lebih dari setengah (54,2%) siswi di SMP Negeri 1 dan SMP Negeri 5 Sibolga memiliki tingkat pengetahuan yang rendah.
3. Kurang dari setengah (47,3%) siswi di SMP Negeri 1 dan SMP Negeri 5 Sibolga memiliki sikap yang negatif.
4. Lebih dari setengah (65,6%) siswi di SMP Negeri 1 dan SMP Negeri 5 Sibolga menyatakan sarana WASH tidak memadai.
5. Kurang dari setengah (40,5%) siswi di SMP Negeri 1 dan SMP Negeri 5 Sibolga tidak pernah mendapatkan sumber informasi.
6. Lebih dari setengah (55,7%) siswi di SMP Negeri 1 dan SMP Negeri 5 Sibolga menyatakan peran sekolah melalui UKS tidak sesuai.
7. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan praktik kebersihan menstruasi siswi di SMP Negeri 1 dan SMP Negeri 5 Sibolga (p -value 0,029 POR 2,395).
8. Terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan praktik kebersihan menstruasi siswi di SMP Negeri 1 dan SMP Negeri 5 Sibolga (p -value 0,036 POR 2,345).

9. Terdapat hubungan yang signifikan antara sarana WASH dengan praktik kebersihan menstruasi siswi di SMP Negeri 1 dan SMP Negeri 5 Sibolga (*p-value* 0,040 POR 2,334).
10. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sumber informasi dengan praktik kebersihan menstruasi siswi di SMP Negeri 1 dan SMP Negeri 5 Sibolga (*p-value* 0,351).
11. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara peran sekolah melalui UKS dengan praktik kebersihan menstruasi siswi di SMP Negeri 1 dan SMP Negeri 5 Sibolga (*p-value* 0,324).

6.2 Saran

1. Bagi SMP Negeri 1 Sibolga dan SMP Negeri 5 Sibolga

- a) Pihak sekolah diharapkan dapat memberikan pendidikan kesehatan secara berkala dan berkelanjutan dengan menyebarkan informasi kesehatan yang memuat tentang pengetahuan dasar mengenai menstruasi seperti definisi dan lama siklus menstruasi, penyebab terjadinya serta hal-hal yang dapat dan tidak dapat dilakukan saat menstruasi serta bagaimana cara menjaga kebersihan diri saat menstruasi seperti frekuensi mengganti pembalut, cara membersihkan alat kelamin yang benar dan apa bahaya serta dampak jika melakukan praktik kebersihan buruk saat menstruasi.
- b) Membuat poster informasi serta video edukasi yang menarik dan mudah dipahami mengenai kebersihan menstruasi.
- c) Menumbuhkan rasa semangat dan memotivasi siswi agar melakukan praktik kebersihan menstruasi yang baik dan mengkampanyekan hari kebersihan menstruasi serta memberikan sosialisasi secara berulang dan berkelanjutan, membuat forum diskusi antara pihak sekolah, puskesmas dengan para siswi.

- d) Sekolah dapat membuat aturan-aturan untuk mengontrol sikap siswi. Seperti melarang buang pembalut bekas sembarangan melalui poster himbauan yang ditempelkan di toilet siswi serta cara menjaga kebersihan saat menstruasi dan melakukan pengawasan rutin di fasilitas toilet.
- e) Meningkatkan keterampilan komunikasi antara guru dan siswi dalam bentuk konseling. Guru BK dan pengelola UKS dapat secara aktif untuk memberikan konseling terkait masa pubertas dan menstruasi serta mengetahui hal-hal yang dialami para siswi dan memantau perubahan sikap siswi dalam melakukan praktik kebersihan saat menstruasi.
- f) Memberikan referensi akun media sosial mengenai kesehatan reproduksi yang terpercaya agar tidak sembarangan saat mengakses media dan terhindar dari informasi yang tidak tepat.
- g) Melengkapi ketersediaan sarana WASH di sekolah seperti toilet bersih, air bersih yang ditampung dalam wadah, tempat sampah, pintu toilet dapat dikunci dari dalam untuk menjaga privasi dan meningkatkan keamanan siswi dalam menggunakan toilet.
- h) Membuat jadwal piket kebersihan toilet bagi siswi dan memantau kegiatan tersebut dengan tujuan untuk menciptakan kondisi toilet yang bersih dan nyaman digunakan untuk menjaga privasi siswi.
- i) Membuat himbauan sederhana seperti “Dilarang Membuang Pembalut di Kloset” atau “Jangan Lupa Ganti Pembalut 2-4 Jam Sekali ” yang dapat ditempelkan di toilet siswi.
- j) Pihak sekolah perlu mengoptimalkan peran UKS melalui program Trias UKS dalam implementasi MKM siswi serta PIK-R untuk mewadahi siswi yang ingin berdiskusi secara terbuka mengenai kesehatannya dan meningkatkan

peran PMR yang telah dibentuk sebagai konselor sebaya dengan memberikan pelatihan khusus sebagai persiapan untuk memberikan edukasi yang akurat kepada teman sebaya.

2. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi dalam menambah wawasan keilmuan kesehatan reproduksi khususnya yang berhubungan dengan praktik kebersihan saat menstruasi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a) Disarankan bagi peneliti selanjutnya apabila melakukan penelitian terkait praktik kebersihan menstruasi untuk mengkaji faktor lain seperti pengaruh teman sebaya serta lebih memperdalam penjelasan apa saja isi dari informasi yang diperoleh dari teman sebaya mengenai *personal hygiene* seperti halnya frekuensi mengganti pembalut, cara membersihkan dan merawat organ kelamin, frekuensi mengganti celana dalam, dan lainnya sehingga diperoleh data yang lebih lengkap dan bervariasi.
- b) Diharapkan kepada peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan praktik kebersihan saat menstruasi dapat menggunakan metode kualitatif atau *mix method* sehingga hasil yang diperoleh lebih mendalam dan menghasilkan data yang lebih baik.