

BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri Pondok Pesantren Darul Fatah Kabupaten Kampar tahun 2024 didapatkan kesimpulan yaitu :

1. Hampir separuh (39%) remaja putri di Pondok Pesantren Darul Fatah Kabupaten Kampar tahun 2024 memiliki perilaku kurang terhadap *personal hygiene* saat menstruasi.
2. Sebanyak (14%) remaja putri Pondok Pesantren Darul Fatah Kabupaten Kampar tahun 2024 memiliki pengetahuan kurang terkait perilaku *personal hygiene*
3. Tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* pada remaja putri di Pondok Pesantren Darul Fatah Kabupaten Kampar tahun 2024 ($p=0,071$)

6.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dijabarkan diatas, maka dapat diberikan beberapa saran yaitu sebagai berikut :

1. Bagi Pondok Pesantren Darul Fatah Kabupaten Kampar
 - a) Memaksimalkan kerja sama dengan Puskesmas untuk memberikan edukasi penyuluhan secara berkala dan rutin sesuai jadwal yang telah disepakati di Pondok Pesantren mengenai kesehatan reproduksi terutama tentang pelaksanaan *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja.
 - b) Meningkatkan penyebaran informasi edukasi tentang menstruasi pada remaja di Pondok Pesantren dengan membuat brosur serta leaflet tentang bagaimana cara menjaga kebersihan diri saat menstruasin dan menjelaskan

secara umum apa itu menstruasi melalui papan mading pondok pesantren maupun ditempelkan di lingkungan Asrama putri.

- c) Memaksimalkan penyediaan pembalut di UKS Pondok Pesantren, serta memaksimalkan kinerja guru dan murid di UKS agar lebih aktif lagi kegiatan di UKS Pondok Pesantren.

2. Bagi siswa

- a) Diharapkan bagi siswi Pondok Pesantren lebih meningkatkan kesadaran terkait *personal hygiene* saat menstruasi dalam kehidupan sehari-hari agar terhindar dari berbagai penyakit Infeksi pada kesehatan reproduksi.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti lain diharapkan dapat menambahkan variabel lain untuk mengetahui perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri.

4. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

- a) Hasil dari penelitian dapat digunakan sebagai bahan bacaan kepustakaan Ilmu Kesehatan Masyarakat dan dapat dijadikan sebagai bahan rujukan peneliti selanjutnya.
- b) Prodi Ilmu Kesehatan Masyarakat dapat melaksanakan suatu program penyuluhan atau promosi kepada remaja putri mengenai Kesehatan reproduksi terkhusus kepada remaja putri di sekolah terutama di Pondok Pesantren untuk meningkatkan pengetahuan serta perilaku yang baik remaja putri di sekolah ataupun Pondok Pesantren terkhusus mengenai *personal hygiene* saat menstruasi.