

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *fluor albus* pada mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas dengan sampel sebanyak 110 orang responden, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa dari 110 responden, 30,0% mengalami *fluor albus* patologis.
2. Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa dari 110 responden, sebagian besar (69,1%) memiliki status nutrisi normal. 11,8% memiliki status nutrisi kurang dan 19,1% memiliki status nutrisi berlebih.
3. Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa dari 110 responden, telah melakukan *personal hygiene* dengan baik (59,1%). 19,1% memiliki *personal hygiene* cukup, dan 21,8% memiliki *personal hygiene* buruk.
4. Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa dari 110 responden, sebagian besar responden (75,5%) menjalani aktivitas fisik berat, sedangkan 24,5% menjalani aktivitas fisik sedang.
5. Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa dari 110 responden, sebagian besar (73,6%) mengalami stres akademik yang tinggi. 26,4% mengalami stres akademik yang rendah.

6. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan yang bermakna antara status nutrisi ($pvalue=0,000$) dengan kejadian *fluor albus* pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.
7. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan yang bermakna antara *personal hygiene* ($pvalue=0,000$) dengan kejadian *fluor albus* pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.
8. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik ($pvalue=0,003$) dengan kejadian *fluor albus* pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.
9. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan yang bermakna antara stres ($pvalue=.0,000$) dengan kejadian *fluor albus* pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian ini, maka saran yang dapat diberikan oleh peneliti, yaitu:

1. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi responden yang mengalami kejadian *fluor albus*, khususnya yang bersifat patologis agar lebih memahami pentingnya pencegahan dan penanganan yang tepat dalam mengatasi kondisi tersebut. Responden diharapkan lebih memperhatikan faktor risiko terjadinya *fluor albus* patologis, seperti status nutrisi, *personal hygiene*, stres, serta aktivitas fisik.

Langkah-langkah yang bisa dilakukan yaitu mengonsumsi makanan sehat dengan gizi seimbang, rendah gula dan lemak, menjaga kebersihan area kewanitaan dengan cara yang benar, menghindari penggunaan sabun kewanitaan, mengatur waktu belajar dan istirahat untuk mengurangi tekanan akademik, dan melakukan peregangan atau istirahat sejenak setelah berdiri atau berjalan untuk mengurangi ketegangan otot. Diharapkan dengan langkah-langkah tersebut kejadian *fluor albus* patologis dapat berkurang dan kesehatan reproduksi mahasiswi tetap terjaga dengan baik.

2. Bagi Fakultas Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan bagi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas untuk dapat berfokus pada pemberian edukasi terkait kesehatan reproduksi. Edukasi bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan pencegahan *fluor albus* patologis pada mahasiswi. Bentuk edukasi dapat diberikan dalam bentuk seminar terkait dengan kesehatan reproduksi dengan menghadirkan tenaga medis atau pakar kesehatan sebagai narasumber. Adanya pelaksanaan workshop terkait praktik personal hygiene juga dapat dilakukan, sehingga diharapkan mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas dapat memahami pentingnya menjaga kesehatan reproduksi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai dasar dan referensi untuk melihat lebih spesifik lagi mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *fluor albus* pada mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. Peneliti selanjutnya juga dapat mempertimbangkan faktor tambahan, seperti adanya riwayat infeksi pada vagina sebelumnya dan pola tidur yang buruk. Selain itu, peneliti disarankan untuk menambahkan pemeriksaan laboratorium untuk menegakkan dan mengkonfirmasi diagnosis *fluor albus* patologis agar hasil penelitian lebih akurat.



