

BAB 7

PENUTUP

7.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri dengan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 2 Bonjol dengan total sampel 74 responden, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi tentang *personal hygiene* saat menstruasi
2. Sebagian besar responden memiliki sikap yang positif terhadap *personal hygiene* saat menstruasi
3. Mayoritas responden memiliki tindakan yang baik terhadap *personal hygiene* saat menstruasi
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan remaja putri dengan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 2 Bonjol tahun 2024
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara sikap remaja putri dengan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 2 Bonjol tahun 2024

7.2. Saran

7.2.1 Bagi Remaja Putri

Meskipun lebih dari setengah remaja putri memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi dan sikap yang positif tentang *personal hygiene* saat menstruasi, penting bagi remaja putri untuk terus meningkatkan pengetahuannya melalui berbagai sumber informasi dan edukasi, serta memperkuat sikap positif melalui diskusi kelompok atau seminar yang menyentuh pentingnya kesehatan menstruasi dan bagaimana sikap yang positif dapat berpengaruh terhadap kualitas hidup. Diharapkan juga remaja putri agar bisa mempertahankan tindakan yang baik dalam menjaga *personal hygiene* selama menstruasi untuk mencegah risiko infeksi dan gangguan kesehatan reproduksi lainnya.

7.2.2 Bagi Keluarga

Pengetahuan dan sikap positif tentang *personal hygiene* saat menstruasi perlu didukung oleh lingkungan rumah. Oleh karena itu, orang tua, terutama ibu harus aktif memberikan edukasi kepada anak perempuan dan menciptakan suasana terbuka untuk berdiskusi tentang kesehatan reproduksi, agar remaja putri merasa nyaman bertanya dan berbagi pengalaman selama menstruasi.

7.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Meskipun lebih dari setengah responden memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi tentang *personal hygiene* saat menstruasi, institusi pendidikan disarankan untuk terus mengembangkan program pendidikan kesehatan yang lebih interaktif, dengan cara mengadakan kegiatan edukasi kesehatan reproduksi secara rutin agar siswi lebih memahami pentingnya kebersihan menstruasi. Sekolah juga diharapkan dapat menyediakan fasilitas sanitasi yang memadai, seperti toilet bersih, tempat pembuangan pembalut, serta tisu dan pembalut, untuk mendukung tindakan *personal hygiene* yang baik.

7.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Supaya lebih memahami faktor-faktor yang memengaruhi tindakan *personal hygiene* pada remaja putri, peneliti selanjutnya disarankan melakukan penelitian lebih lanjut dengan cakupan lebih luas, seperti menambahkan variabel lain yang berpengaruh terhadap *personal hygiene* saat menstruasi, seperti keputihan, sosial ekonomi, dan sumber informasi yang diperoleh remaja putri dari tindakan yang kurang pada hasil penelitian. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode penelitian yang lebih mendalam, seperti wawancara atau observasi untuk mendapatkan data yang lebih komprehensif.