

## BAB VII

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

1. Sebagian besar (56,7%) responden memiliki pengetahuan dalam kategori sedang
2. Sebagian besar (58,2%) responden mengalami kecemasan dalam kategori sedang
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kecemasan pada remaja putri dalam menghadapi menarche di Kelurahan Air Pacah. Nilai p-value = 0,001 sehingga hipotesis penelitian diterima.

#### B. Saran

1. Bagi Sekolah

Khususnya sekolah dasar, diharapkan dapat meningkatkan peran dalam memberikan edukasi kesehatan reproduksi kepada remaja putri sejak usia 10 tahun. Sekolah disarankan untuk memasukkan materi mengenai menarche, proses menstruasi, serta perawatan diri saat menstruasi ke dalam kegiatan pembelajaran atau program UKS. Pemberian edukasi dengan diskusi, berbagi cerita pengalaman mengenai *menarche* yang tepat diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri sehingga mampu mengurangi kecemasan dalam menghadapi *menarche*.

## 2. Bagi institusi pendidikan keperawatan

Profesi keperawatan, khususnya perawat komunitas, diharapkan dapat berperan aktif dalam memberikan pendidikan kesehatan reproduksi kepada remaja putri. Perawat dapat melakukan penyuluhan kesehatan, konseling, serta pendampingan psikologis terkait kesiapan menghadapi *menarche*. Dengan peningkatan pengetahuan melalui intervensi keperawatan, diharapkan kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche* dapat diminimalkan serta tercipta kesiapan mental dan emosional yang lebih baik.

## 3. Saran bagi peneli selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*, seperti dukungan keluarga, peran orang tua, lingkungan sosial, serta sumber informasi kesehatan reproduksi. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat menggunakan desain penelitian yang berbeda, seperti studi intervensi atau pendekatan kualitatif, untuk menggali lebih dalam pengalaman dan persepsi remaja putri terkait *menarche*.