

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 130 responden mengenai Hubungan Fungsi Perawatan Keluarga dengan Kecemasan Remaja dalam Menghadapi *Menarche* di SMP Negeri 1 Legok, maka didapatkan kesimpulan bahwa:

- a. Usia pada siswi kelas 7 di SMP Negeri 1 Legok, yaitu memiliki rata-rata usia 12,3 tahun dengan usia termuda adalah 11 tahun dan yang tertua adalah 13 tahun.
- b. Frekuensi fungsi perawatan keluarga pada siswi kelas 7 di SMP Negeri 1 Legok, yaitu dari 130 responden, mayoritas memiliki fungsi perawatan keluarga yang baik.
- c. Frekuensi kecemasan remaja dalam menghadapi *menarche* pada siswi kelas 7 di SMP Negeri 1 Legok, yaitu dari 130 responden, kebanyakan mengalami kecemasan ringan.
- d. Terdapat hubungan ( $p \text{ value} = 0,017$ ) yang signifikan antara fungsi perawatan keluarga dengan kecemasan remaja dalam menghadapi *menarche* di SMP Negeri 1 Legok.

#### **V.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, peneliti memiliki beberapa saran yang dapat diperhatikan untuk penelitian berikutnya terkait dengan topik yang sama pada penelitian ini, yaitu :

##### **V.2.1 Bagi Remaja Putri**

Remaja putri sebaiknya lebih banyak membaca informasi mengenai *menarche* atau menstruasi baik dari buku, media elektronik, atau anggota keluarga yang sekiranya nyaman untuk diajak berdiskusi mengenai *menarche*.

### V.2.2 Bagi Keluarga

Bagi orang tua diharapkan agar memberikan informasi kepada remaja putrinya dengan benar serta tidak menganggap informasi tentang *menarche* sebagai sesuatu yang tabu yang menjadikan anak enggan untuk membicarakannya dengan orang tua. Orang tua diharapkan dapat memberi dukungan emosional yang dapat diekspresikan melalui kasih sayang, cinta atau empati yang bersifat memberi dukungan. Pemberian informasi dapat dilakukan dengan mengedukasi remaja mengenai proses terjadinya menstruasi pertama secara biologis, kebersihan saat menstruasi, dan apa saja yang harus dilakukan.

### V.2.3 Bagi Sekolah

Sekolah sebaiknya membantu memberikan informasi tentang *menarche* dan kesehatan reproduksi dalam rangka meningkatkan kesiapan dan mengurangi kecemasan remaja dalam menghadapi *menarche*. Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) sebaiknya dapat berperan aktif dalam menanggulangi masalah kurangnya pengetahuan tentang *menarche* dan kecemasan pada remaja melalui program trias UKS yang meliputi pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan, dan pembinaan lingkungan sekolah sehat terkait kesehatan reproduksi dan kecemasan. Pendidikan kesehatan dapat dilakukan dengan cara ajakan, himbauan, dan pemberian informasi. Guru Bimbingan dan Konseling (BK) juga sebaiknya dapat berperan dalam menangani masalah kecemasan pada remaja dengan memberikan layanan bimbingan dan konseling.

### V.2.4 Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi dan data pembandingan untuk mengembangkan judul-judul penelitian selanjutnya khususnya penelitian pada remaja putri. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti fungsi keluarga yang lain yang mungkin memiliki pengaruh dengan kecemasan remaja dalam menghadapi *menarche*. Peneliti selanjutnya juga diharapkan meneliti faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kecemasan remaja dalam menghadapi *menarche* seperti pengetahuan remaja tentang *menarche* itu sendiri.

### V.2.5 Bagi pelayanan kesehatan

#### a. Puskesmas

Penelitian ini diharapkan dapat memotivasi agar puskesmas bisa membantu mengatasi masalah kurangnya pengetahuan tentang *menarche* dan kecemasan remaja dengan semaksimal mungkin melalui program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR). Puskesmas diharapkan dapat bekerjasama dengan sekolah untuk melakukan sosialisasi mengenai program PKPR sekaligus memberikan penyuluhan kepada siswi mengenai *menarche* dan kesehatan reproduksi.

#### b. Perawat

Perawat diharapkan dapat ikut serta dalam menangani masalah kurangnya pengetahuan tentang *menarche* dan kecemasan remaja. Perawat yang bertugas di puskesmas dapat menjadi Tim Pembina Usaha Kesehatan Sekolah (TPUKS). Perawat dapat melaksanakan perannya sebagai pelaksana asuhan keperawatan di sekolah. Perawat diharapkan dapat mengkaji masalah kurangnya pengetahuan dan kecemasan pada siswi yang sedang menghadapi *menarche*, merumuskan masalah, dan menyusun perencanaan intervensi yang akan dilakukan. Sebagai penyuluh kesehatan, perawat diharapkan dapat membantu melakukan penyuluhan mengenai menstruasi dan kesehatan reproduksi. Sebagai konselor, perawat diharapkan dapat memberikan konseling kepada siswi yang mengalami kecemasan. Maka dari itu, penelitian ini diharapkan agar perawat dapat mengembangkan asuhan keperawatan.