

## **BAB V**

### **PENUTUP**

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

Berdasarkan pada hasil penelitian yang sudah dilakukan kepada 158 remaja putri SMAN 12 Depok, Maka dapat disimpulkan:

- a. Dari hasil penelitian usia terbanyak 13-16 tahun termasuk dalam kategorik remaja madya dengan kelas terbanyak kelas XI.
- b. Gambaran persepsi dukungan sosial sudah baik sebanyak 86 responden (86 %) Persepsi dukungan sosial yang diterima individu dengan baik menjadikan individu tersebut mampu menyesuaikan diri dari permasalahan yang dialami.
- c. Gambaran perilaku personal hygiene ketika menstruasi di SMAN 2 Depok masih tergolong kurang baik.
- d. Hasil dari karakteristik remaja umur didapatkan  $p\text{-value} = 0,995$  ( $p > 0,05$ ), dinyatakan bahwa tidak ada hubungan antara usia dengan perilaku personal hygiene ketika menstruasi.
- e. Hasil dari karakteristik kelas di dapatkan  $p\text{ value} = 0,948$  ( $p > 0,05$ ), yang artinya tidak ada hubungan antara kelas dengan perilaku personal hygiene ketika menstruasi pada remaja putri di SMAN 12 Depok.
- f. Hasil variabel persepsi dukungan sosial diperoleh  $p\text{-value} = 0,006$  ( $p < 0,05$ ) maka, ada hubungan yang signifikan antara persepsi dukungan sosial dengan perilaku personal hygiene ketika menstruasi pada remaja putri di SMAN 12 Depok.

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

Bersadarkan hasil penelitian yang telah dilakukan memberikan beberapa saran yang perlu dibuat sehubungan dengan penelitian ini, yaitu:

- a. Bagi Remaja Putri

Remaja putri dapat membantu menjaga area wanita tetap bersih

selama menstruasi dengan mengganti pembalut setiap 3-4 jam, mengganti celana dalam saat terkena noda darah, tidak memakai celana dalam yang ketat dan membuang bekas pembalut dengan benar.

b. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan untuk memberikan pengetahuan berlandaskan pada pengalamannya dan memberikan dukungan kepada remaja putri dalam melakukan personal hygiene ketika menstruasi.

c. Bagi Sekolah

Kepala sekolah dan guru bekerjasama dengan instansi terkait kesehatan agar mengadakan penyuluhan atau seminar tentang Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) agar remaja mengerti akan pentingnya menjaga dan memelihara kebersihan dalam personal hygiene ketika menstruasi.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Dengan penelitian ini institusi pendidikan khususnya tenaga kesehatan untuk bisa memberikan edukasi langsung ataupun via online tentang personal hygiene ketika menstruasi setidaknya setiap 2 bulan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman wanita muda sehingga mereka bisa lebih terjaga lagi dalam perilaku personal hygiene ketika menstruasi.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian yang ada tentang kebersihan pribadi kemudian dapat dikembangkan ketika menstruasi dengan karakteristik yang lebih rinci dalam hal variabel, sampel dan area penelitian yang lebih luas, sehingga hasil penelitian dapat bervariasi. Peneliti selanjutnya juga dapat dinilai dari segi pihak layanan kesehatan terdekat untuk melakukan penyuluhan kesehatan dengan tema pengaruh pengetahuan dan persepsi dukungan sosial dengan perilaku personal hygiene dengan pengambilan sampel pre test dan post test.