

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebelum diberikan penyuluhan personal hygiene saat menstruasi di SMPN 2 Rumbia Kabupaten Lampung Tengah sebanyak 45 remaja putri (83,3%) bpengetahuan kurang.
2. Sesudah diberikan penyuluhan personal hygiene saat menstruasi di SMPN 2 Rumbia Kabupaten Lampung Tengah diketahui sebanyak 46 remaja putri (85,2%) berpengetahuan baik.
3. Terdapat pengaruh signifikan antara penyuluhan personal hygiene saat menstruasi terhadap pengetahuan remaja putri di SMPN2 Rumbia Kabupaten Lampung Tengah dengan hasil uji *t Paired Sample t-Test* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$).

B. Saran

Adapun saran yang dapat penulis berikan sesuai dengan hasil penelitian adalah sebagai berikut:

1. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan informasi dan meningkatkan pengetahuan personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di SMPN 2 Rumbia. Sekolah juga dapat mengintegrasikan kegiatan penyuluhan kesehatan, khususnya mengenai personal hygiene saat menstruasi untuk memperoleh informasi yang berkelanjutan dan komprehensif, sehingga dapat meningkatkan pemahaman serta perilaku sehat terkait kebersihan diri saat menstruasi.

2. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi atau bahan ajar dalam kurikulum pendidikan kesehatan remaja, khususnya terkait promosi kesehatan reproduksi melalui media edukatif berbasis teknologi.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi tambahan wawasan bagi peneliti lain yang ingin meneliti masalah yang berkaitan dengan penelitian ini, dengan menambahkan variabel perilaku atau sikap serta memperluas jangkauan lokasi penelitian guna memperkuat generalisasi hasil.

4. Bagi Tenaga Kesehatan

Memberikan penyuluhan dan edukasi mengenai personal hygiene saat menstruasi, dapat menjalin kolaborasi dengan pihak sekolah dalam merancang dan menyelenggarakan program penyuluhan yang menarik serta informatif. Penggunaan media audiovisual dan pendekatan yang sesuai dengan karakteristik remaja mampu meningkatkan efektivitas penyampaian materi dan pemahaman siswa terhadap isu kesehatan reproduksi.