

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif antara pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri. Koefisien korelasi antara pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri sebesar  $r_{xy} = 0,564$  ( $p < 0,01$ ). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi pengetahuan menstruasi maka semakin tinggi tingkat perilaku *personal hygiene* menstruasi, sebaliknya semakin rendah pengetahuan menstruasi maka semakin rendah pula perilaku *personal hygiene* menstruasi. Remaja yang memiliki pengetahuan menstruasi yang baik akan mampu berperilaku *hygiene* menstruasi dengan baik. Remaja tersebut dapat menghindari dampak yang akan ditimbulkan pada kesehatan reproduksi. Melalui pengetahuan maka remaja tersebut akan mampu berperilaku dengan baik mengenai kesehatan reproduksinya, sehingga terhindar dari dampak yang akan ditimbulkan, baik secara psikologis maupun kesehatan fisik.

Berdasarkan analisis data diketahui bahwa koefisien determinasi ( $R^2 = 0,318$ ), hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan menstruasi mempunyai kontribusi untuk meningkatkan perilaku *personal hygiene* menstruasi sebesar 31,8% dan sisa 68,2% disebabkan oleh faktor-faktor yang lain. Faktor-faktor

yang mempengaruhi seperti citra tubuh, praktik sosial, tingkat ekonomi, budaya, kebiasaan seseorang, kondisi fisik (Tarwoto dan Wartonah (2010).

## **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan peneliti maka dapat diajukan saran sebagai berikut :

### 1. Bagi remaja putri

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri, yang artinya semakin tinggi pengetahuan menstruasi maka semakin tinggi pula perilaku *personal hygiene* menstruasi. Oleh karena itu disarankan kepada remaja agar lebih meningkatkan pengetahuan menstruasi sehingga perilaku *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri dapat meningkat. Untuk mendapatkan pengetahuan menstruasi banyak sumber informasi yang dapat dipelajari seperti perpustakaan, internet, buku, majalah, surat kabar, radio, tape recorder, CD-ROM, disket komputer, brosur, pamflet, media rekaman informasi lainnya dan bisa juga mendapatkan pengetahuan dari orang tua khususnya ibu.

### 2. Bagi orang tua

Agar memberikan pengetahuan yang lebih tentang menstruasi dalam mendidik dan membesarkan anaknya mengingat pengaruh pengetahuan yang orang tua berikan pada anak perempuannya sangatlah berguna.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri. Peneliti selanjutnya disarankan mengkaji variabel lain atau faktor-faktor lain yang menyebabkan remaja putri tidak melakukan perilaku *personal hygiene* menstruasi, seperti faktor citra tubuh, praktik sosial, tingkat ekonomi, budaya, kebiasaan seseorang, kondisi fisik. selain itu, bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti variabel pengetahuan menstruasi disarankan, lebih memperhatikan pembuatan soal pertanyaan yang digunakan untuk tes pengetahuan.