

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa ada korelasi yang positif antara dukungan sosial *personal hygiene* dari ibu dengan perilaku *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri. Korelasi positif tersebut mengandung pengertian semakin tinggi dukungan sosial *personal hygiene* dari ibu maka semakin tinggi perilaku *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial *personal hygiene* dari ibu maka semakin rendah *personal hygiene* pada remaja putri. Variabel dukungan sosial *personal hygiene* dari ibu memberikan sumbangan efektif sebesar 62.5% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi remaja putri

Hendaknya lebih memperhatikan *personal hygiene* terutama saat menstruasi, remaja putri sebaiknya meminta bantuan ibu sebagai orang terdekat dan yang pernah mengalaminya agar memperoleh informasi, fasilitas, perawatan, dan kenyamanan saat menstruasi.

2. Bagi orang tua, (khususnya ibu)

Hasil penelitian, menunjukkan bahwa dukungan sosial *personal hygiene* dari ibu mempunyai peran yang besar terhadap perilaku *personal hygiene* menstruasi. Dukungan sosial *personal hygiene* dari ibu yang tinggi terbukti diikuti oleh perilaku *personal hygiene* yang yang tinggi pula. Untuk itu kepada orang tua (khususnya ibu) remaja putri, disarankan untuk mengupayakan meningkatkan dukungan sosial. Peningkatan dukungan sosial ibu dapat dilakukan dengan cara memperhatikan aspek-aspek dukungan sosial. Aspek

dukungan sosial diantaranya: dukungan informasional, dukungan penilaian atau penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan emosional. Cara yang dapat dilakukan diantaranya memberi informasi, memfasilitasi, menanggapi positif, dan mengerti perasaannya saat menstruasi.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa dukungan sosial *personal hygiene* dari ibu memiliki sumbangan sebesar 62.5% sisanya 37.5% dipengaruhi oleh faktor lain. Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperhatikan faktor-faktor lain yang turut mempengaruhi perilaku *personal hygiene* menstruasi seperti tingkat pengetahuan, citra tubuh, dan kondisi fisik (Potter & Perry, 2005), sumber informasi (Gustina & Djannah), sarana (Suryani, 2019), status sosial ekonomi, kepercayaan (kebudayaan), dan motivasi (Laily, 2012), tingkat pendidikan ibu, peran media massa (Dolang, Rahma & Ikhsan, 2016), dan dukungan teman (Ristiana, 2016) agar lebih melengkapi

penelitian ini karena masih ada variabel-variabel independen lain di luar penelitian ini yang mungkin bisa mempengaruhi perilaku *personal hygiene* menstruasi. Untuk yang ingin meneliti kembali hubungan dukungan sosial *personal hygiene* dari ibu dengan perilaku *personal hygiene* menstruasi hendaknya pada karakteristik subjek atau populasi lebih beragam, misalnya pada subjek non-remaja, seperti dewasa awal.