

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, maka peneliti dapat memberikan kesimpulan yaitu:

1. Karakteristik responden, responden dalam penelitian ini merupakan remaja putri pada fase remaja awal dengan rata-rata usia 12,43 tahun. Sebagian besar responden telah mengalami kematangan biologis yang sangat dini. Mayoritas siswi tinggal bersama orang tua.
2. Perilaku sebelum intervensi (*Pre-test*), kondisi awal menunjukkan bahwa tingkat perilaku manajemen kebersihan menstruasi responden sudah berada pada kategori baik.
3. Perilaku Sesudah Intervensi (*Post-test*), setelah diberikan edukasi melalui media video yang mencakup langkah praktis kesehatan terjadi peningkatan perilaku yang signifikan.
4. Analisis pengaruh edukasi video hasil, uji bivariat menggunakan uji *Mc Nemar* menunjukkan nilai Asymp. Sig (p-value) sebesar 0,000. Berdasarkan standar signifikansi ( $p < 0,05$ ), maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang sangat signifikan antara pemberian edukasi melalui metode video terhadap perilaku manajemen kebersihan menstruasi.

#### B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian dan kesimpulan di atas, peneliti mengajukan beberapa saran strategis sebagai berikut:

1. Bagi MTs N 1 Klaten

Mengingat tingginya persentase siswi yang mengalami *menarche* dini, sekolah disarankan untuk menjadikan edukasi kesehatan reproduksi sebagai program rutin tahunan bagi siswi baru. Pihak sekolah diharapkan terus mempertahankan kualitas fasilitas sanitasi di toilet dan UKS, termasuk ketersediaan pembalut cadangan dan baju ganti, guna mendukung perilaku baik yang sudah terbentuk. Penggunaan media video edukasi dapat diintegrasikan dalam jam pelajaran Bimbingan Konseling (BK) atau kegiatan keputrian setiap hari Jumat.

## 2. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan tenaga kesehatan dapat berperan lebih aktif dalam melakukan skrining kesehatan reproduksi, terutama bagi siswi dengan siklus menstruasi tidak teratur. Edukasi menggunakan metode video harus dikembangkan dengan konten yang lebih interaktif agar remaja tidak merasa tabu untuk berkonsultasi mengenai keluhan menstruasi mereka.

## 3. Bagi Responden

Responden diharapkan tidak hanya memiliki pengetahuan secara teoritis, tetapi terus konsisten dalam menerapkan praktik manajemen kebersihan menstruasi yang benar, seperti mengganti pembalut minimal setiap 4 jam sekali dan menjaga kebersihan areaewanitaan sesuai tuntunan anjuran medis. Responden juga diharapkan menjadi tutor sebaya bagi teman-temannya dalam menyebarkan informasi positif mengenai kebersihan menstruasi.

## 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyadari adanya keterbatasan dalam desain penelitian ini. Oleh karena itu, bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk:

- a) Menggunakan desain penelitian *Quasi Experiment* dengan kelompok kontrol sebagai pembandingan efektivitas.
- b) Menambah jumlah sampel dan memperluas lokasi penelitian ke sekolah dengan fasilitas yang lebih terbatas untuk melihat perbedaan pengaruh yang lebih luas.