

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian yang berjudul Hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di wilayah donoharjo adalah :

1. Karakteristik responden meliputi usia, tinggal bersama, pendidikan menstruasi dan menstruasi. Dari banyaknya siswi sekolah dasar kelas IV dan V SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 yaitu sebanyak 36 siswi berusia 10 tahun (50,7%). Sebagian besar tinggal bersama orangtua sebanyak 65 siswi (91,5%), dan sebanyak 50 siswi (70,4%) belum mendapatkan Pendidikan menstruasi. Siswi kelas IV dan V SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1, Sebagian besar belum mengalami menstruasi sebanyak 67 siswi (94,4%)
2. Kesiapan menghadapi *menarche* mayoritas siswi siap sebanyak 59 (83,1%). Hal ini berarti mayoritas siswi SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 di wilayah Donoharjo siap menghadapi *menarche*.
3. Tingkat kecemasan pada responden dengan kecemasan ringan sebanyak 54 siswi (76,1%). Hal ini menunjukkan responden mayoritas memiliki tingkat kecemasan yang ringan.
4. Ada hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada anak usia sekolah dasar di wilayah Donoharjo dengan nilai r sebesar 0,692 Sedangkan nilai signifikasinya sebesar 0,030 lebih kecil dari taraf signifikansi $p = \leq 0,05$ ($0,030 < 0,05$). Hal tersebut berarti ada hubungan yang signifikan antara kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di wilayah Donoharjo.

B. Saran

1. Bagi Siswi

Diharapkan siswi lebih aktif mencari informasi tentang *menarche* baik media masa maupun media elektronik agar siswi siap dalam menghadapi *menarche* dan tidak menimbulkan kecemasan, karena berdasarkan penelitian

ini sebagian siswi memiliki kendala pada saat memikirkan menstruasi, yaitu siswi merasa gelisah dan cemas dari biasanya, siswi merasa takut tanpa alasan yang jelas dan siswi merasa panik. Aktif berkomunikasi dan diskusi tentang *menarche* dengan ibu, atau kakak perempuan supaya mendapatkan informasi yang lebih luas.

2. Ilmu keperawatan

Dalam keperawatan penting untuk melihat masa perkembangan remaja awal khususnya remaja putri pada usia *menarche*, karena mengingat bahwa setiap remaja putri pasti akan mengalami *menarche*. Berdasarkan pendekatan dari keperawatan tersebut peran pola asuh ibu dan anak perempuan saat usia *menarche* sangat berpengaruh untuk kesiapan remaja awal perempuan dalam menghadapi menstruasi.

3. Guru

Diharapkan lebih meningkatkan pengetahuan siswa dengan bekerja sama dengan tenaga kesehatan terkait untuk memberikan penyuluhan-penyuluhan khususnya *menarche* agar siswi lebih siap dalam menghadapi *menarche* dan tidak menimbulkan keemasan. Meningkatkan edukasi pada khususnya siswi SD untuk mengatasi kecemasan dengan adanya kesiapan dalam menghadapi *menarche*. Menerapkan program kesehatan reproduksi di sekolah maupun di luar sekolah. Sehingga siswi akan siap dari segi fisiologis maupun psikologis saat mendapatkan *menarche*.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat dijadikan referensi dan dapat menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan kesiapan menghadapi *menarche* dan tingkat kecemasan serta memperhatikan keterbatasan peneliti ini.