

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang diperoleh dari penelitian ini adalah :

1. Responden sebagian besar yang berusia 14 tahun yaitu 38 orang (48,71%) dan sebagian kecil yang berumur 12 tahun yaitu 6 orang (7,69%).
2. Tingkat pengetahuan remaja putri awal tentang *menarche* sebagian besar yang memiliki pengetahuan tentang *menarche* yaitu sebanyak 45 siswi (58,14%) berkategori baik, dan hanya 2 siswi (2,32%) berkategori kurang.
3. Dari 78 siswi MTs Al Ma'arif Rakit yang sebagian besar masuk dalam kategori "baik", sebagian besar yang memiliki pengetahuan tentang *menarche* adalah usia 14 tahun yaitu sebanyak 20 responden (57,1%).

B. Saran

1. Bagi Institusi
 - a. Sekolah
Sekolah diharapkan dapat menjadi sumber informasi secara berkesinambungan tentang *menarche*. Dalam hal ini bisa disampaikan

oleh guru olah raga dan kesehatan atau mata pelajaran lain yang menunjang dengan materi *menarche*.

b. Puskesmas

Puskesmas setempat juga kiranya dapat memfasilitasi pengadaan sosialisasi secara berkala agar dapat memberikan pengetahuan kepada para remaja putri awal tentang *menarche*.

2. Orang tua

Orang tua diharapkan lebih peka untuk dapat memberikan informasi lebih dini agar kelak para putri mengalami menstruasi sudah bersiap diri tanpa rasa takut lagi.

3. Remaja putri awal

Remaja putri dapat lebih menggali informasi dari berbagai sumber mengenai *menarche*, agar lebih siap lagi menghadapi masalah *menarche* ini, terlebih lagi apabila nanti mempunyai anak perempuan ketika berumah tangga dan kiranya perlu sekali menerangkan masalah *menarche* ini ke anak-anaknya kelak.