

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

1. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan mengenai “Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Kelas VIII tentang Perawatan Diri saat Menstruasi di SMP PGRI Kasihan Bantul Tahun 2011” adalah sebagai berikut:

- a. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang mengatasi nyeri ketika menstruasi sebagian besar dalam kategori baik yaitu 54 remaja putri (77,1%).
- b. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang pemberian nutrisi ketika menstruasi sebagian besar dalam kategori baik yaitu 32 remaja putri (45,7%).
- c. Tingkat pengetahuan remaja putri kelas tentang menjaga kebersihan daerahewanitaan ketika menstruasi sebagian besar dalam kategori baik yaitu 41 remaja putri (58,6%).

d. Pengetahuan Tentang Perawatan Diri Ketika Menstruasi

Tingkat pengetahuan remaja putri tentang perawatan diri saat menstruasi sebagian besar dalam kategori baik yaitu 55 remaja putri (78,6%).

2. SARAN

Berdasarkan hasil kesimpulan, dapat diberikan saran sebagai berikut:

a. Bagi SMP PGRI Kasihan

1) Bagi Kepala Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan pertimbangan kepala sekolah untuk lebih meningkatkan materi tentang kesehatan reproduksi yang disisipkan dalam mata pelajaran seperti biologi, agama maupun bimbingan konseling.

2) Bagi Guru BK

Sebagai bahan acuan untuk mengoptimalkan konseling dan informasi tentang kesehatan reproduksi kepada siswa untuk pengenalan dan penerapan kesehatan reproduksi yang sehat pada remaja.

b. Bagi Siswi SMP PGRI Kasihan

Untuk lebih meningkatkan pengetahuan, wawasan, dan pemahaman tentang perawatan diri saat menstruasi misalnya melalui membaca buku, internet sehingga remaja dapat bertanggung jawab dan berperilaku hidup sehat.

c. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan rujukan untuk melakukan penelitian selanjutnya mengenai perawatan diri saat menstruasi dengan mengkorelasikan variabel yang lebih beragam.