

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul hubungan dukungan keluarga dengan kesiapan siswi SD N Triharjo menghadapi *menarche*, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Dukungan keluarga yang diperoleh siswi SD N Triharjo dalam menghadapi *menarche* didapatkan hasil dengan kategori baik (47,3%).
2. Kesiapan siswi SD N Triharjo dalam menghadapi *menarche* didapatkan hasil dengan kategori siap (63,64%).
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi *menarche* dengan nilai Sig. $0,000 < 0,05$. Dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,541 termasuk dalam kategori sedang, maka dapat disimpulkan tingkat hubungan antara dukungan keluarga dengan kesiapan siswi SD Negeri Triharjo menghadapi *menarche* adalah sedang. Arah hubungan positif menunjukkan semakin baik dukungan keluarga maka remaja akan semakin siap.

B. Saran

Dari hasil penelitian hubungan dukungan keluarga dengan kesiapan siswi SD N Triharjo menghadapi *menarche*, maka peneliti menyampaikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Siswi SD Negeri Triharjo

Penelitian ini memberikan informasi kepada Siswi perlu mencari sumber dukungan untuk memahami menstruasi dengan lebih baik, termasuk informasi dari orang tua, media sosial, dan sumber lainnya, guna meningkatkan kesiapan dan pemahaman tentang *menarche* serta cara menjaga kebersihan diri.

2. Bagi Guru SD Negeri Triharjo

Guru dapat menggunakan temuan penelitian ini untuk mengembangkan program pendidikan kesehatan yang lebih efektif, fokus pada kesiapan siswi menghadapi *menarche* dengan melibatkan keluarga dalam sosialisasi dan edukasi.

3. Bagi Keluarga

Keluarga harus memberikan dukungan emosional, informasional, dan praktis untuk membantu anak perempuan menghadapi *menarche* dengan sikap positif dan mengurangi kecemasan. Pedoman dari penelitian ini dapat membantu dalam memberikan dukungan yang efektif.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti berikutnya disarankan untuk mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi kesiapan siswi menghadapi *menarche* ataupun menambah jumlah sampel. Lebih lanjut, penelitian selanjutnya mungkin dapat menggali pengalaman siswa dalam menghadapi *menarche* dengan menggunakan metode kualitatif untuk kajian yang lebih mendalam..

5. Bagi perawat

Perawat sebaiknya meningkatkan pemahaman dan keterampilan dalam memberikan edukasi tentang *menarche* kepada siswi dan keluarga. Mereka dapat berperan aktif dalam memberikan informasi yang jelas, menyelenggarakan sesi edukasi di sekolah, dan menyediakan dukungan emosional serta praktis untuk membantu mengatasi kecemasan dan ketidakpastian mengenai *menarche*.