

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Hasil penelitian terkait pengetahuan mengenai *Personal hygiene* pada siswi SMP IT AL Falah Bandungan didapatkan hasil mayoritas responden memiliki pengetahuan yang baik yaitu sebanyak 27 siswi (62%).
2. Hasil penelitian terkait perilaku mengenai *Personal hygiene* pada siswi SMP IT AL Falah Bandungan didapatkan hasil mayoritas responden memiliki perilaku yang baik yaitu sebanyak 28 siswi (65%),
3. Hasil penelitian mengenai hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi di Pondok Pesantren AlFalalah Bandungan setelah dilakukan uji *Chi Square* menggunakan SPSS 22 didapatkan hasil bahwa ada hubungan signifikan antara pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi ($p \text{ value} = 0.000 < 0.005$).

B. Saran

1. Bagi Tenaga Kesehatan
Peneliti menyarankan agar tenaga kesehatan lebih proaktif dalam menyampaikan penyuluhan mengenai *personal hygiene* selama menstruasi kepada remaja putri. Upaya ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mereka tentang topik ini dan mendorong adopsi perilaku *personal hygiene* yang baik dan benar. Melibatkan remaja putri dalam edukasi ini dapat membantu menciptakan kesadaran tentang pentingnya menjaga kebersihan pribadi selama menstruasi.
2. Bagi remaja putri

Remaja putri disarankan untuk lebih meningkatkan pengetahuan dan perilaku terkait *personal hygiene* saat menstruasi. Pengetahuan bisa didapatkan dari berbagai sumber yang valid seperti melalui internet, seminar, diskusi dengan teman sebaya dalam wadah PIK remaja, guru, orangtua. Dengan pengetahuan yang mencukupi diharapkan didapatkan kesadaran mengenai pentingnya *personal hygiene* saat menstruasi sehingga terbentuk perilaku yang baik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Disarankan untuk mempertimbangkan penggunaan populasi yang lebih besar dalam penelitian berikutnya. Hal ini dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif dan representatif tentang faktor-faktor yang memengaruhi tingkat pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* pada remaja putri selama menstruasi.
- b. Penelitian selanjutnya dapat memperluas cakupan dengan meneliti berbagai faktor yang mungkin mempengaruhi tingkat pengetahuan atau perilaku *personal hygiene* remaja putri selama menstruasi. Ini dapat melibatkan faktor-faktor seperti aspek sosial, budaya, dan lingkungan.
- c. Penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin menggali lebih dalam tentang hubungan antara tingkat pengetahuan *personal hygiene* dengan perilaku *personal hygiene* selama menstruasi pada populasi remaja putri. Referensi ini dapat membantu mengembangkan penelitian lebih lanjut di bidang ini dengan menyelidiki variabel-variabel tambahan yang dapat memengaruhi hasil penelitian.