

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil penelitian yang diperoleh pada gambaran perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri SD Negeri Kupang 01 Ambarawa tahun 2024 dapat disimpulkan bahwa :

1. Personal hygiene merupakan perilaku yang sangat penting dilakukan terutama saat menstruasi karena jika tidak dilakukan dengan benar bisa menyebabkan gangguan genital dan dapat meningkatkan resiko timbulnya penyakit. Beberapa yang harus diperhatikan seperti mengganti celana dalam dan penggunaan celana dalam yang telah mampu menyerap keringat, mengganti pembalut yang dianjurkan diganti sebanyak 4-5 kali sehari.
2. Sebagian besar responden mengganti pembalut >3 kali dalam sehari yaitu 88,9% (48 orang).
3. Hampir seluruh responden mengganti celana dalam saat mengganti pembalut yaitu 98,1% (53 orang), dan mengganti celana dalam saat terkena darah sebesar 96,3% (52 orang).
4. Seluruh responden mandi saat menstruasi >2 kali sehari yaitu 100,0% (54 orang)
5. Responden yang masih kurang dari separuh yaitu 40,7% (22 orang) yang memiliki perilaku membasuh vagina dari arah depan kebelakang.
6. Frekuensi responden yang mengeringkan vagina dengan tisu/ waslap/ handuk terdapat 79,6% (43 orang), dengan frekuensi responden yang memakai tisu terdapat 60,5% (26 orang), frekuensi responden yang memakai waslap 2,3% (1 orang), frekuensi responden yang memakai handuk terdapat 37,2% (16 orang).

## **B. Saran**

1. Bagi SD Negeri Kupang 01 Ambarawa

Perlu kerja sama kepada puskesmas untuk diberikan penyuluhan kesehatan reproduksi terutama personal hygiene khususnya anak yang mulai menarche pada siswi remaja dari kelas 3 atau usia 9 tahun.

2. Bagi peneliti

Penelitian ini yang dapat digunakan sebagai bahan kajian pada penelitian selanjutnya serta pengabdian kepada masyarakat tentang pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja di tatanan sekolah.