

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

1. Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi pada remaja putri di SMP Negeri 007 Tanjung selor paling banyak pada kategory baik yaitu 42,2%.
2. Kepatuhan mengganti pembalut pada remaja putri di SMP Negeri 007 Tanjung Selor sebagian besar dalam kategori cukup sebesar 51,1%.
3. Ada hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan mengganti pembalut pada remaja putri di SMP Negeri 007 Tanjung Selor, dengan  $pvalue = 0,004 < 0,05$ .

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi Remaja Putri SMP**

Setiap siswi dianjurkan untuk lebih aktif mencari informasi dan pembelajaran yang benar tentang menstruasi dan kebersihan diri khususnya cara membersihkan genital (melalui guru, tenaga kesehatan, atau sumber terpercaya) serta membiasakan diri mengganti pembalut secara teratur sesuai anjuran, bukan hanya ketika sudah terasa tidak nyaman. Siswi juga diharapkan saling mengingatkan dan mendukung teman sebaya dalam menjaga kebersihan menstruasi, sehingga terbentuk budaya positif di antara remaja putri yang dapat memperbaiki kepatuhan mengganti pembalut dari waktu ke waktu.

##### **2. Bagi SMP Negeri 007 Tanjung Selor**

Sekolah perlu mengintegrasikan materi kesehatan reproduksi dan manajemen kebersihan menstruasi ke dalam kegiatan rutin seperti Bimbingan Konseling, pendidikan kesehatan, dan kegiatan OSIS (Organisasi Siswa Intra Sekolah)/ekstrakurikuler. Sekolah juga disarankan menjalin kerja sama dengan puskesmas atau tenaga kesehatan untuk menyelenggarakan kelas remaja putri berkala,

penyediaan pojok informasi menstruasi, serta kantin dan UKS (Usaha Kesehatan Sekolah) untuk menyediakan Pembalut dan memastikan ketersediaan sarana pendukung seperti toilet bersih, air, sabun, dan tempat pembuangan pembalut yang memadai di lingkungan sekolah.

### 3. Bagi Puskesmas

Puskesmas di wilayah kerja sekolah disarankan mengembangkan program PKPR (Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja) yang lebih aktif di sekolah, misalnya melalui kunjungan rutin, penyuluhan tematik, serta klinik konseling remaja putri mengenai menstruasi dan kebersihan diri. Puskesmas juga dapat menyusun media edukasi sederhana (leaflet, poster, video singkat) tentang cara mengganti pembalut yang benar dan frekuensi penggantian yang dianjurkan, lalu mendistribusikannya ke sekolah agar informasi tersebut selalu tersedia dan mudah diakses oleh siswi.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan memperluas jumlah sampel serta melibatkan lebih dari satu sekolah, sehingga hasilnya dapat menggambarkan kondisi remaja putri yang lebih luas dan memperkuat generalisasi temuan. Penelitian berikutnya juga dapat menggunakan desain yang berbeda, misalnya studi intervensi dengan kelompok kontrol atau menambahkan variabel lain (seperti dukungan orang tua, faktor budaya, dan akses sarana kebersihan) untuk melihat faktor-faktor yang lebih beragam yang memengaruhi kepatuhan remaja putri dalam mengganti pembalut.