

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Penelitian mengenai hubungan pengetahuan remaja tentang pubertas dengan kesiapan menghadapi perubahan fisik di MI Nyatnyono 02, menggunakan desain deskriptif kuantitatif. Dengan jumlah sampel yang digunakan sebanyak 76 responden dengan menggunakan teknik total sampling. Metode yang digunakan penulis dalam penelitian adalah *cross sectional*. Hasil dari penelitian menunjukan bahwa:

1. Pengetahuan remaja tentang pubertas di MI Nyatnyono 02 sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan tentang pubertas dalam kategori baik yaitu 68,4%.
2. Kesiapan remaja dalam menghadapi perubahan fisik di MI Nyatnyono 02 sebagian besar berada pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 67,1%.
3. Uji statistik menggunakan korelasi Spearman's rho menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar  $r = 0,484$  dengan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif dengan kategori cukup kuat antara pengetahuan remaja tentang pubertas dengan kesiapan menghadapi perubahan fisik.

#### **B. Saran**

1. Bagi Responden

Dapat menambah wawasan pengetahuan tentang pubertas dan upaya menghadapi perubahan fisik serta mampu menerima dan menyesuaikan diri dengan perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas yang

memiliki pemahaman yang baik, sikap positif, serta kesiapan mental dan emosional dalam menghadapi perubahan tubuh.

2. Bagi Tempat Penelitian

Di MI Nyatnyono 02 dapat memberikan edukasi tentang pengetahuan pubertas untuk menambah pengetahuan agar dapat bersikap positif dalam menghadapi perubahan fisik.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dipertimbangkan sebagai bahan referensi atau studi kasus dalam proses pembelajaran.

4. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan dapat memberikan penyuluhan tentang pubertas dalam menghadapi sikap kesiapan perubahan fisik pada masa pubertas di sekolah sekolah.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini bisa dijadikan bahan acuan dalam pengembangan pengetahuan tentang pubertas dalam sikap menghadapi kesiapan perubahan fisik.