

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bagian sebelumnya mengenai pengaruh penyuluhan kesehatan tentang menstruasi terhadap pengetahuan remaja putri di SMPN 11 Kota Tasikmalaya tahun 2017 dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Skor pengetahuan remaja tentang menstruasi sebelum diberikan penyuluhan kesehatan di SMPN 11 Kota Tasikmalaya tahun 2017 dengan rata-rata 14.35 point. Adapun rata-rata skor tiap sub variabel yaitu :
 - a. Pengetahuan mengenai pengertian menstruasi sebesar 3.2
 - b. Pengetahuan mengenai siklus menstruasi sebesar 2.5
 - c. Pengetahuan pre menstruasi sindrom (PMS) sebesar 2.2
 - d. Pengetahuan gangguan menstruasi sebesar 2.1
 - e. Pengobatan dan pencegahan sebesar 4.1
2. Skor pengetahuan remaja tentang menstruasi sesudah diberikan penyuluhan kesehatan di SMPN 11 Kota Tasikmalaya tahun 2017 rata-rata 24.56 point. Adapun rata-rata skor tiap sub variabel yaitu
 - a. Pengetahuan mengenai pengertian menstruasi sebesar 4.2
 - b. Pengetahuan mengenai siklus menstruasi sebesar 4.3
 - c. Pengetahuan pre menstruasi sindrom (PMS) sebesar 4.1
 - d. Pengetahuan gangguan menstruasi sebesar 3.9

- e. Pengobatan dan pencegahan sebesar 3.9
3. Terdapat pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan remaja tentang menstruasi di SMPN 11 Kota Tasikmalaya tahun 2017 dengan p value 0.000.

B. Saran

1. Bagi Remaja

Perlu adanya tindakan lebih lanjut dari para remaja yaitu dengan meningkatkan pengetahuan remaja dengan cara konsultasi secara aktif ke petugas kesehatan. Remaja juga disarankan memperhatikan kesehatan reproduksinya khususnya menghadapi gangguan menstruasi dengan cara olah raga, istirahat yang cukup, pola makan yang baik.

2. Bagi FIKes Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Fakultas Ilmu Kesehatan perlu melakukan upaya dalam peningkatan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi khususnya mengenai menstruasi dengan cara mengoptimalkan pengabdian masyarakat oleh mahasiswa dengan sasaran remaja di sekolah-sekolah.

3. Bagi Profesi perawat

Tenaga kesehatan khususnya perawat komunitas agar memberikan penyuluhan lebih mendalam dan terfokus tentang siklus menstruasi, pre menstruasi sindrom dan gangguan menstruasi, karena masalah tersebut merupakan indikator yang masih belum banyak diketahui oleh remaja. Penyuluhan dapat dilakukan secara berkesinambungan pada institusi pendidikan.

4. Bagi SMP 11 Kota Tasikmalaya

Instansi pendidikan disarankan memasukan materi kesehatan reproduksi khususnya mengenai menstruasi ke dalam materi mata pelajaran serta membentuk pusat konseling dan informasi tentang menstruasi dengan mengembangkan kelompok bersama bagi remaja.

5. Peneliti Selanjutnya

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut pada masalah serupa dengan mengkaji pendidikan kesehatan melalui demonstrasi atau dilakukan penelitian lebih mendalam mengenai perilaku dalam menghadapi gangguan menstruasi.

