

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia sebagian besar responden berusia 12-15 tahun sebanyak 42 responden (53,8%)
2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan menstruasi pertama dengan hasil tertinggi responden di Pondok Pesantren Tahfidzul Quran mengalami menstruasi pertama di usia 13 tahun sebanyak 24 responden (30,8%)
3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan lama durasi menstruasi didapatkan hasil sebagian besar responden di Pondok Pesantren Tahfidzul Quran mengalami menstruasi selama tujuh hari yaitu 47 responden (60,3%)
4. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan *Personal Hygiene* diperoleh hasil persentase tertinggi responden di Pondok Pesantren Tahfidzul Quran terdapat pada pengetahuan *Personal Hygiene* kurang sebanyak 67 responden (85,9%)
5. Distribusi frekuensi responden berdasarkan perilaku remaja putri diperoleh hasil persentase tertinggi responden di Pondok Pesantren Tahfidzul Quran terdapat pada perilaku remaja putri saat menstruasi kurang sebanyak 66 responden (84,6%).

6. Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan personal hygiene dengan perilaku remaja saat menstruasi dengan nilai *p-value*  $0,000 < 0,05$ .

## **B. Saran**

1. Bagi Pondok Pesantren Tahfidzul Quran Ambarawa

Diharapkan pihak pondok untuk bekerja sama dengan petugas kesehatan untuk mengadakan pemberian penyuluhan dengan tema pentingnya menjaga perilaku personal *hygiene* saat menstruasi.

2. Bagi institusi Universitas Muhammadiyah Pringsewu

Diharapkan institusi membantu dalam upaya penyediaan atau pemberian informasi tentang pentingnya perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Bisa dilakukan ketika mahasiswa menempuh mata kuliah maternitas.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Peneliti lain dapat meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi perilaku remaja saat menstruasi. Seperti Praktik sosial, status sosial ekonomi dan pengetahuan.
- b. Peneliti lain bisa menggunakan populasi yang lebih besar, peneliti selanjutnya dapat meneliti banyak faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan atau mempengaruhi perilaku *personal hygiene* remaja saat menstruasi. Karena populasi pada penelitian ini dibawah 100.
- c. Penelitian ini dapat menjadi suatu referensi yang berkaitan dengan hubungan Tingkat Pengetahuan *Personal Hygiene* dengan Perilaku *Personal Hygiene* saat Menstruasi.