

## BAB VI

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian Gambaran Pengetahuan dan Perilaku tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada Siswi SMA St. Carolus Surabaya, dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebagian besar siswi (43%) mendapatkan informasi mengenai menstruasi dan *personal hygiene* pada saat menstruasi dari 1 sumber saja yakni orang tua (ibu).
2. Siswi yang mendapatkan informasi dari orang tua (ibu), sebagian besar (42,2%) dari mereka memiliki pengetahuan yang cukup dan 43,21% siswi sudah dan selalu melakukan tindakan *personal hygiene* yang sesuai pada saat menstruasi. Peran ibu sangat penting dalam pemberian informasi karena ibu adalah sumber informasi pertama tentang menstruasi.

3. Sebagian besar (49,6%) siswi sudah memiliki pengetahuan yang cukup mengenai perilaku *personal hygiene* pada saat menstruasi dalam hal penggunaan pembalut dan 45,5% siswi sudah memiliki pengetahuan yang cukup mengenai perilaku *personal hygiene* pada saat menstruasi dalam hal penggunaan membersihkan alat kelamin.
4. Sebagian besar (90,1%) siswi sudah melakukan tindakan yang benar dalam hal penggunaan pembalut pada saat menstruasi seperti misalnya mencuci tangan sebelum dan sesudah memakai pembalut, tidak pernah memakai pembalut terlalu lama dan selalu mengganti pembalut setiap setelah mandi dan buang air kecil.
5. Sebagian besar (64,4%) siswi sudah melakukan tindakan yang benar dalam hal membersihkan alat kelamin luar yaitu dari arah depan kebelakang.
6. 53,9% siswi yang memiliki pengetahuan yang cukup tersebut sudah dan selalu melakukan seluruh tindakan *personal hygiene* yang sesuai pada saat menstruasi yang menunjukkan bahwa pengetahuan akan menimbulkan kesadaran terhadap suatu individu dan akhirnya akan menyebabkan seseorang berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya.

## 6.2 **Saran**

### 1. Bagi Profesi Kesehatan

Hasil penelitian dapat menjadi bahan masukan bagi tenaga kesehatan agar lebih meningkatkan pendidikan kesehatan mengenai reproduksi dan *personal hygiene* saat menstruasi sebagai pencegahan masalah reproduksi.

### 2. Bagi Pendidikan

- a. Bagi pendidikan khususnya para siswi SMA St. Carolus, hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan tambahan bacaan untuk meningkatkan pengetahuan para siswi dengan menggunakan media promosi kesehatan seperti misalnya brosur atau poster-poster yang terkait dengan *personal hygiene* saat menstruasi sebagai media penyuluhan agar lebih mudah dipahami.
- b. Dapat digunakan sebagai tambahan pengetahuan bagi guru sebagai materi yang dapat dimasukkan dalam kegiatan ekstra-kurikuler kesehatan reproduksi dan *sex education*. Contoh kegiatan yang dapat dilakukan adalah diadakannya seminar awam dengan mendatangkan pakar.

### 3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya, peneliti dapat

memperluas tingkat penelitian menjadi penelitian analitik. Seperti misalnya hubungan antara penggunaan pembalut dengan kejadian keputihan pada saat menstruasi atau hubungan antara pengetahuan mengenai personal hygiene dengan kejadian gatal-gatal saat menstruasi.

#### 4. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat khususnya orang tua remaja putri dapat mengetahui dan memahami tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi dikarenakan dukungan orang tua sangat berpengaruh terhadap pengetahuan dan perilaku remaja putri. Orang tua dapat mengajak remaja putri untuk berperilaku sehat dan mengupayakan edukasi yang baik mengenai pemberian tatalaksana yang benar terhadap remaja putri.

## DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. *Reproductive Health*. [internet]. 2014 Desember [cited 2015 Maret 3] Diunduh dari: [http://www.who.int/topics/reproductive\\_health/en/](http://www.who.int/topics/reproductive_health/en/)
2. World Health Organization. *Adolescent Health*. [internet]. [cited 2015 Maret3] Diunduh dari [http://www.who.int/topics/adolescent\\_health/en/](http://www.who.int/topics/adolescent_health/en/)
3. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. *Kesehatan Remaja*. Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2010.
4. Deswita. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya,2006.
5. B, Suryati. *Perilaku Kebersihan Remaja Saat Menstruasi*. Jurnal Health Quality Vol. 3 No. 1 [internet] 2012 November [cited 2015 Maret 3]. Diunduh dari [poltekkesjakarta1.ac.id/file/dokumen/20Jurnal\\_Suryati\\_65.docx](http://poltekkesjakarta1.ac.id/file/dokumen/20Jurnal_Suryati_65.docx)
6. Bobak , L. *Keperawatan Maternitas Edisi 4*. Jakarta : EGC, 2004.
7. Egan M, Lipsky, *MS. Vaginitis*. Chicago: Northwestern University Medical School, 2007.

8. Ratna DP. *Pentingnya Menjaga Organ Kewanitaan*. Jakarta: Indeks, 2010.
9. Handayani, Hani, *Hubungan pengetahuan, sikap dan perilaku remaja putri tentang kebersihan organ genitalia Eksterna di Madrasah Tsanawiyah Pembangunan*. [skripsi] [Jakarta]: UIN, 2011.
10. World Health Organization. *Human papillomavirus (HPV) and cervical cancer*. [internet]. 2014 Desember [cited 2015 Maret 3] Diunduh dari: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs380/en/>
11. Sari, Indah Dewi, *Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Alat Kelamin Pada Saat Menstruasi di SMA Al-Washliyah 3 Medan Tahun 2010*. [skripsi] [Medan]: Universitas Sumatera Utara, 2010.
12. Rejaningsih, Wanti, *Gambaran pengetahuan dan sikap remaja Putri kelas II terhadap praktek pemeliharaan kebersihan menstruasi* [skripsi] [Jakarta]: FKM UI, 2004.
13. Adelia, Yohana, *Gambaran pengetahuan dan sikap terhadap perilaku hygiene menstruasi suatu studi kasus pada siswi kelas 7 dan 8 SMPN 7 Depok*, [skripsi] [Jakarta]: FKM UI, 2009.
14. Wisnuwardhani, S.D & Agustina, F.M.T. *Studi Higienis Menstruasi dan Infeksi Alat Reproduksi*. [skripsi] [Jakarta]: Bagian Kebidanan dan Kandungan Fakultas Kedokteran dan Kelompok Studi Kesehatan Reproduksi FKM UI, 1997.

15. Notoadmodjo, S., *Kesehatan Masyarakat Ilmu & Seni*. Jakarta: Rineka Cipta, 2011.
16. Notoatmodjo, S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
17. Wawan, A dan Dewi, M. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta : Nuha Medika, 2010.
18. Nursalam. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika, 2003.
19. Notoadmodjo, S. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta, 2007.
20. Indriastuti, Dian Putri. *Hubungan Antara Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Perilaku Higienis Remaja Putri Pada Saat Menstruasi*. [skripsi] [Surakarta]: Universitas Muhammadiyah, 2009.
21. Widyastuti, Yani., *et.al, Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : Fitramaya, 2009.
22. Llewellyn-Jones, D. *Setiap Wanita: Panduan Terlengkap tentang Kesehatan, Kebidanan & Kandungan*. Delapratasa Publishing, 2005.
23. Sarwono SW. *Psikologi Remaja*. Jakarta : PT Grafindo Persada, 2007.
24. Waryana. *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihama, 2010.

25. Kusmiran, E. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika, 2011.
26. Mubarak, Wahit & Chayatin. *Buku Ajar Kebutuhan Dasar manusia Teori dan Aplikasi dalam Praktik*. Jakarta: EGC, 2008.
27. Potter, Patricia A dan Anne G. Perry, *Buku Ajar Fundamental keperawatan, Konsep, Proses dan Praktik Edisi 4 Volume 2*. Jakarta: EGC, 2005.
28. Tarwoto & Wartonah. *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan Edisi ketiga*. Jakarta : Salemba Medika, 2004.
29. Kinasih, N. *Wanita Pintar Kesehatan dan Kecantikan*. Yogyakarta: Araska, 2012.
30. Hidayat, A. Aziz Alimul. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: Salemba Medika, 2009.
31. Burns, A. *Pemberdayaan Wanita Dalam Bidang Kesehatan*, Jakarta: Yayasan Essentia Medika, 2000.
32. Baradero, M, Marry, W. D, & Yukobus, S. *Seri Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Reproduksi Dan Seksualitas*. Jakarta: EGC, 2007.
33. Putri. *Pilih Pembalut Yang Aman*. Mimbar. November 2011: Vol. 15 no.4.
34. Nasir A, Muhih A, Ideputri M. *Buku Ajar: Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika. 2011.



35. Riwidikdo, H. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta: Rohima Press. 2013.
36. Abdullah, I, *Mitos Menstruasi : Konstruksi Budaya atas Realitas Gender*. Yogyakarta: Unit Pengkajian dan Publikasi Fakultas Ilmu Budaya Universitas Gajah Mada , 2009.
37. Anurogo, D, *Psikologi Permasalahan pada Remaja*. Yogyakarta: Penerbit Andi. 2009.
38. Marván, M.L, & Molina-Abolnik, *Mexican Adolescents Experience of Menarche and Attitudes Toward Menstruation: Role of Communication Between Mothers and Daughters*. *Journal of pediatric and adolescent gynecology*, 2012.
39. Dhingra, R., Kumar, A. & Kour, M, *Knowledge And Practices Related To Menstruation Among Tribal (Gujjar ) Adolescent Girls*. *Ethno-Med*, 2009.
40. Notoadmodjo, S., *Ilmu perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. 2010.