

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Temuan penelitian dari data yang diperoleh dari 112 responden di SDN Jatinegara 06 ini menghasilkan sebagai berikut:

- 5.1.1 Demografi responden penelitian ditentukan oleh usia dan kelas. Responden terbanyak pada responden kelompok kontrol ada pada kelas 5, mayoritas berusia 11 tahun. Sedangkan, pada responden kelompok intervensi yang paling banyak ada pada kelas 4, mayoritas berusia 10 tahun.
- 5.1.2 Rata-rata kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche* pada kelompok kontrol yaitu dari 17,84 menjadi 18,16 sedangkan pada kelompok intervensi adalah 20,45 menjadi 36,23. Kenaikan rerata skor kesiapan pada kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol.
- 5.1.3 Pemberian edukasi audiovisual tentang menstruasi efektif terhadap kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche*, dengan *p-value* = 0,000.
- 5.1.4 Terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi dengan nilai *p posttest* sebesar 0,000.

5.2 Saran

Berdasarkan temuan studi ini, berikut adalah usulan yang dapat diberikan:

5.2.1 Bagi Remaja Perempuan

Remaja perempuan disarankan mulai tergerak untuk mendapatkan informasi tentang menstruasi agar dapat mempersiapkan diri secara fisik maupun psikologis untuk menghadapi *menarche*.

5.2.2 Bagi Tempat Penelitian

Bagi SDN Jatinegara 06 disarankan agar pendidikan menstruasi dimulai sejak kelas tiga dengan memasukkan kegiatan pendidikan kesehatan ke dalam kurikulum UKS. Media video juga disarankan untuk digunakan untuk membantu anak perempuan memahami informasi yang disampaikan. .

5.2.3 Bagi Universitas Nasional

Temuan dari penelitian ini akan membantu universitas dalam mengadakan program pengabdian masyarakat yang berkelanjutan, seperti seminar atau lokakarya bagi siswa dan orang tua tentang kesiapan menghadapi *menarche*.

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang membahas topik ini sebaiknya memerhatikan *cofunding factor* agar tidak ada pengaruh dari luar pada responden. Selain menggunakan kuesioner, peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan metode lain, seperti wawancara mendalam atau observasi, untuk mengurangi bias dan memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif tentang kesiapan remaja.

