

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

5.1.1 Dari analisis penelitian komponen variabel dan indikator model deteksi kesehatan reproduksi remaja putri di Pondok Pesantren Nurul Jadid,

Faktor-faktor seperti aktivitas fisik yang teratur, pola hidup sehat, pengelolaan siklus menstruasi yang baik, status gizi yang optimal, serta kesehatan mental yang stabil berkontribusi positif terhadap kesehatan reproduksi remaja putri. Pengukuran indikator ini valid dan reliabel sesuai analisis SmartPLS.

5.1.2 Mendesain model sebagai deteksi dini pencegahan gangguan kesehatan reproduksi remaja putri di Pondok Pesantren Nurul Jadid, di peroleh seperti pengetahuan dan aktivitas fisik, menunjukkan peran penting, kebersihan pribadi dan gaya hidup sehat terbukti memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap kesehatan reproduksi. Dengan demikian, penelitian ini menyarankan bahwa upaya edukasi dan peningkatan kesadaran akan pentingnya kebersihan pribadi serta gaya hidup sehat perlu terus dilakukan untuk mendukung kesehatan reproduksi yang optimal.

5.1.3 Dari uji efektifitas model deteksi dini kesehatan reproduksi kepada remaja putri, penelitian ini berhasil menunjukkan adanya perubahan yang signifikan dalam kesehatan reproduksi remaja putri di Pondok Pesantren Nurul Jadid Paiton Probolinggo setelah mengikuti program intervensi.

Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa program yang diterapkan mampu meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan praktik terkait kesehatan reproduksi. Hasil ini tercermin dari perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest, yang menunjukkan bahwa intervensi tersebut memberikan dampak positif.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, beberapa saran untuk pengembangan program lebih lanjut adalah sebagai berikut:

### 5.2.1 Bagi Santri

Meningkatkan pemahaman tentang fungsi organ reproduksi, kehamilan, dan penyakit menular seksual untuk membentuk sikap dan perilaku yang sehat dalam menjaga kesehatan reproduksi. Mengadopsi gaya hidup sehat, termasuk aktivitas fisik yang cukup, menjaga kebersihan diri terutama area reproduksi, dan menjaga pola makan bergizi. Mengelola kesehatan mental dengan baik untuk mengurangi stres dan kecemasan yang dapat memengaruhi keseimbangan hormon dan perilaku reproduktif. Memantau siklus menstruasi sebagai indikator awal kesehatan reproduksi dan segera mencari bantuan jika mengalami gangguan.

### 5.2.2 Bagi Pesantren

Menyediakan fasilitas dan program edukasi kesehatan reproduksi yang komprehensif dan berkelanjutan untuk santri dengan pendekatan yang sesuai nilai pesantren. Mengintegrasikan modul kesehatan reproduksi dalam kurikulum pendidikan pesantren agar santri mendapat pemahaman yang baik

sejak dini. Membentuk tim atau badan khusus yang mendampingi dan memberikan konseling tentang kesehatan reproduksi, mental, dan gaya hidup sehat. Memfasilitasi akses santri kepada layanan kesehatan untuk deteksi dini dan penanganan masalah kesehatan reproduksi.

### 5.2.3 Bagi Tenaga Kesehatan

Melakukan pendekatan yang sensitif dan sesuai budaya dalam edukasi dan pelayanan kesehatan reproduksi kepada santri di lingkungan pesantren.

Memberikan pelatihan kepada kader kesehatan di pesantren agar mampu mendeteksi dan merujuk kasus kesehatan reproduksi yang memerlukan penanganan lebih lanjut. Mengembangkan metode deteksi kesehatan reproduksi yang mudah diaplikasikan dan dapat diimplementasikan di lingkungan pesantren. Berperan aktif dalam kampanye dan penyuluhan kesehatan reproduksi yang melibatkan pihak pesantren dan komunitas.

### 5.2.4 Bagi Tenaga Pendidik

Melengkapi diri dengan pengetahuan kesehatan reproduksi agar dapat memberikan arahan yang tepat dan edukatif kepada santri. Menerapkan pendekatan pembelajaran yang interaktif dan responsif terhadap kebutuhan kesehatan reproduksi santri. Mendorong komunikasi terbuka dan sikap positif mengenai kesehatan reproduksi agar santri merasa nyaman berdiskusi dan bertanya. Berkolaborasi dengan tenaga kesehatan dan pesantren dalam penyelenggaraan program edukasi dan deteksi dini masalah kesehatan reproduksi.