

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **6.1 KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan studi *litelature* dapat disimpulkan dari 3 jurnal bahwa pengetahuan remaja tentang personal hygiene pada saat menstruasi dikategorikan pengetahuan baik didasarkan pada pengalaman yang cukup baik dan mendafat informasi dari orang tua tentang bagaimana vulva hygiene saat menstruasi.

#### **6.2 SARAN**

##### **6.2.1. Bagi Perkembangan Ilmu Pengetahuan**

Di harapkan untuk mengupayakan kebersihan menstruasi dengan memberlakukan tiga Usaha Kesehatan Sekolah (Trias UKS) meliputi pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan, dan pembinaan lingkungan sekolah yang sehat. Upaya tersebut dilakukan agar remaja yang mengalami menstruasi dapat memahami pentingnya menjaga kebersihan saat menstruasi. Meliputi Mencuci bagian luar organ seksual setiap buang air kecil ataupun buang air besar membasuh dari arah belakang ke depan, Menggunakan air yang bersih untuk mencuci organ reproduksi, Mengganti celana dalam sehari 2 kali, memakai pakaian dalam berbahan katun untuk mempermudah penyerapan keringat.

##### **6.2.1 Bagi Peneliti selanjutnya**

Peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian bagaimana sikap remaja tentang vulva hygiene saat menstruasi.

#### 6.2.2 Bagi Instiuti Pendidikan

Bagi instituti pendidikan di harapkan bisa mengadakan penyuluhan kepada sekolah-sekolah tentang bagaimana cara personal hygiene saat menstruasi.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- BKKBN, (2011). Survei Perilaku Beresiko Yang Berdampak Pada Kesehatan Reproduksi Remaja. 2.[http://www. Scholar. Google. bkkbn.co.id](http://www.Scholar.Google.bkkbn.co.id) (diakses pada 2 Juli 2020 )
- Dahro, A., 2011. Psikologi Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika
- Diana. (2012). Hubungan Antara Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Perilaku Higienis Remaja Putri Pada Saat Menstruasi. Skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Fitriyah, I. 2014. Gambaran Perilaku Higiene Menstruasi Remaja Putri di Sekolah Dasar Negeri di Wilayah Kerja Puskesmas Pisangan. Skripsi. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Jakarta.