

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan pada remaja awal dalam menyikapi menarche di SDN Sindang 5.

- 1) Tingkat pengetahuan pada remaja awal SDN Sindang 5 sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan yang cukup
- 2) Tingkat kecemasan dalam menghadapi menarche di SDN Sindang 5 sebagian besar mengalami kecemasan sangat cemas
- 3) Terdapat hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan pada remaja awal dalam menghadapi menarche di SDN Sindang 5

B. Saran

1. Bagi Institusi

Institusi UBK dapat menggunakan penelitian ini untuk mengembangkan program edukasi yang efektif, guna mengurangi kecemasan remaja putri SD dalam menghadapi menarche melalui peningkatan pengetahuan tentang menstruasi.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Institusi pelayanan kesehatan terutama pada tenaga kesehatan di puskesmas setempat untuk lebih dapat memberikan intervensi pendidikan kesehatan mengenai menstruasi terutama bagi remaja putri yang belum mengalami menarche agar meningkatkan pengetahuan dan remaja putri lebih bisa mempersiapkan diri saat mengalami menarche sehingga kecemasan bisa teratasi.

3. Bagi responden

Sebagai masukan bagi remaja putri tentang pentingnya mencari informasi yang berhubungan dengan menarche ,baik dari guru,teman sebaya dan orang tua terutama ibu sebagai mna bisa mengurangi kecemasan pada menarche

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Selanjutnya dapat melakukan penelitian terkait intervensi pendidikan kesehatan mengenai menarche kepada remaja putri dengan menggunakan media untuk lebih mempermudah dalam menyampaikan informasi sehingga dapat meningkatkan pengetahuan yang lebih baik dan mengurangi kecemasan pada remaja putri.