

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran faktor-faktor yang berhubungan dengan keputihan (*flour albus*) pada remaja putri di SMA Yas (Yayasan Atikan Sunda) Tahun 2023 maka kesimpulan yang dapat diambil sesuai tujuan penelitian adalah sebagai berikut :

1. Sebagian besar responden memakai sabun pembersih kewanitaannya sebanyak 35 siswi.
2. Sebagian besar remaja putri memiliki pola makan yang tidak baik sebanyak 28 siswi.
3. Sebagian besar remaja putri tidak melakukan perilaku *personal higyne* (cara cebok) yang benar sebanyak 36 siswi.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Dengan masih adanya remaja putri yang mengalami keputihan maka perlu adanya penyuluhan tentang kesehatan organ reproduksi dan penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran mahasiswa kesehatan dan dapat digunakan untuk referensi dalam penelitian selanjutnya.

2. Bagi Responden

Diharapkan remaja putri dapat meningkatkan pengetahuan tentang keputihan (*flour albus*) sehingga mengetahui faktor apa saja yang dapat menyebabkan keputihan sehingga dapat melakukan pencegahan terjadinya

keputihan. Dari sabun pembersih kewanitaannya hindari sabun pembersih kewanitaannya yang mengandung *potreleu*, *syntetic chemical*, dan *patroceminal* yang dapat merusak kulit dan lingkungan. Sabun pembersih kewanitaannya yang mengandung natrium dan kalium yang dapat menyebabkan vagina dalam keadaan basa, akibatnya tingkat keasaman vagina akan rusak dan mudah berkembangbiaknya bakteri patogen di vagina. Pola makanan yang harus dihindari yaitu makanan dan minuman yang mengandung fruktosa contohnya ketimun, bengkoang, pisang, nanas, anggur, jagung manis, dan minuman yang mengandung soda. Karena fruktosa merupakan makanan bagi bakteri candida sehingga memudahkan pertumbuhan bakteri di area vagina. Dan perdonal hygiene (cara cebok) yang tidak benar akan memicu keputihan. Cara cebok yang benar ialah dari arah depan ke belakang sehingga kotoran langsung terbuang.

3. Bagi tenaga Kesehatan

Perlunya meningkatkan edukasi/penyuluhan kesehatan kepada Remaja tentang kesehatan reproduksi terutama pada penggunaan pembersih kewanitaannya. Perlu media promosi kesehatan seperti buku saku, brosur tentang cara merawat organ kewanitaannya bagi remaja agar dapat menjaga organ reproduksi dan tidak terlalu sering menggunakan pembersih kewanitaannya untuk membersihkan vagina