

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menarche di SMPN 1 Cimanggung menunjukkan bahwa Sebagian besar responden memiliki kecemasan ringan .

6.2 Saran

1) Bagi Institusi Pendidikan

a) Bagi SMPN 1 Cimanggung

Peneliti menyarankan bagi SMPN 1 Cimanggung diharapkan lebih meningkatkan pengetahuan siswa dengan bekerja sama dengan tenaga kesehatan Puskesmas untuk memberikan penyuluhan-penyuluhan khususnya menarche agar siswi lebih siap dalam menghadapi menarche dan tidak menimbulkan kecemasan. Menerapkan program kesehatan reproduksi di sekolah maupun di luar sekolah, sehingga siswi akan siap dari segi fisiologis maupun psikologis saat mendapatkan menarche

b) Bagi Universitas Bhakti Kencana

Untuk menjadi materi pembelajaran Keperawatan Maternitas yaitu menarche dan Keperawatan Jiwa yaitu Kecemasan di kalangan mahasiswa agar dapat lebih dikembangkan dalam upaya melaksanakan pencegahan kecemasan dalam menghadapi menarche.

2) **Bagi Peneliti selanjutnya**

Hasil Penelitian ini diharapkan agar lebih membahas mengenai penanggulangan layanan konseling untuk siswi yang mengalami kecemasan menghadapi menarche bagi peneliti selanjutnya.