

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan disajikan simpulan dari hasil dan pembahasan tentang penelitian yang telah peneliti lakukan untuk menjawab pertanyaan penelitian, serta saran-saran yang sesuai dengan simpulan yang diambil.

5.1 Kesimpulan

1. Berdasarkan tingkat pengetahuan remaja sebelum diberikan edukasi diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai *personal hygiene* saat menstruasi, yaitu sebanyak 77 responden (82,8%).
2. Berdasarkan tingkat pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi menunjukkan bahwa hampir seluruh responden berada pada kategori pengetahuan baik mengenai *personal hygiene* saat menstruasi, yaitu sebanyak 91 responden (97,8%).
3. Pengaruh edukasi berbasis audio visual terhadap pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja di SMPN 1 Bangsal menunjukkan (*p value*) sebesar 0,000 ($<0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Responden

Diharapkan setelah responden diberikan edukasi dapat memunculkan kesadaran, pengetahuan dan gambaran mengenai pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja Di SMPN 1 Bangsal.

5.2.2 Bagi Instansi Pendidikan SMPN 1 Bangsal

Pihak SMPN 1 Bangsal diharapkan dapat meningkatkan program pendidikan kesehatan reproduksi, khususnya mengenai *personal hygiene* saat menstruasi, melalui kegiatan edukasi yang dilaksanakan secara berkala. Sekolah juga diharapkan dapat memanfaatkan media audiovisual sebagai sarana pembelajaran karena media ini terbukti mampu meningkatkan pengetahuan siswi secara lebih efektif, menarik, dan mudah dipahami.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan pada peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut dengan judul serupa dengan metode, subjek dan tempat penelitian berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelya, A. F. (2023). PENGARUH SENAM FANTASI TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK. *JURNAL METAFORA PENDIDIKAN Vol, 1*(1), 97–110.
- Aisyah, N. (2024). Effectiveness of educational media in personal menstrual hygiene knowledge and behavior for Adolescent Girl. *The Indonesian Journal of Health Promotion*, 7(3), 550–558.
- Arikunto. (2019). Metodologi Penelitian. *Jurnal Keperawatan*, 28–38.
- Arsesiana, A. (2026). Pengaruh Edukasi Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang *Personal hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di MTs Miftahul Jannah Pahandut Sebrang. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 8, 706–715.
- Azizah, N. (2025). HUBUNGAN PENGETAHUAN *PERSONAL HYGIENE* DENGAN PERILAKU *PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI REMAJA SMPN 1 DELI TUA, 24(1), 60–67.
- Dahlan, D. (2025). PRILAKU *PERSONAL HYGIENE* REMAJA PUTRI PADA SAAT MENSTRUASI, 1(2), 109–115.
- Dewi, I. (2024). PENGARUH EDUKASI DENGAN MENGGUNAKAN AUDIOVISUAL TENTANG *PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI, 4, 99–103.
- Irsan, A. (2025). Efektivitas Penyuluhan dengan Media Audiovisual terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap *Personal hygiene* Menstruasi pada Remaja Putri di SMP Negeri 6 Putussibau. *Indonesia Journal of Health Science*.
- Novita, N., & Fatriani, M. (2023). Pengaruh Senam Fantasi Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Prasekolah di PAUD SPNF SKB Negeri KM 5 Kota Palembang. *Nursing Care and Health Tevhnology*, 3.
- Nufus, Z. (2022). MENINGKATKAN KETERAMPILAN MOTORIK KASAR ANAK MELALUI SENAM FANTASI ANAK USIA 5-6 TAHUN.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (4th ed.)*. Jakarta: Salemba Medika.
- Setiawan, A., & Saryono. (2021). *Metodologi Penelitian Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Tareza, I. (2024). Pengaruh Vidio Edukasi tentang *Personal hygiene* Saat Menstruasi terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Awal (Early Adolescence) STIKES Telogorejo Semarang , Indonesia. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, (4).

Wada, F. H., & Keperawatan, J. (2022). HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN *PERSONAL HYGIENE*, 8(1), 78–85.

WHO. (2023). Kesehatan Masyarakat, 1–17.



