

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang Hubungan Praktik Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) dengan Kejadian *Pruritus Vulvae* pada Remaja Putri Kelas VIII SMP Negeri 16 Kota Padang Tahun 2026, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar responden (51,6%) memiliki praktik Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) yang kurang baik pada remaja putri kelas VIII SMP Negeri 16 Kota Padang Tahun 2026.
2. Sebagian besar responden (64,5%) mengalami *pruritus vulvae* pada remaja putri kelas VIII SMP Negeri 16 Kota Padang Tahun 2026.
3. Terdapat hubungan antara Praktik Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) dengan kejadian *pruritus vulvae* pada remaja putri kelas VIII SMP Negeri 16 Kota Padang Tahun 2026 dengan nilai *p-value* = 0,001 ($p < 0,05$).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi SMP Negeri 16 Kota Padang

Diharapkan pihak sekolah dapat berkolaborasi dengan instansi kesehatan untuk menghadirkan inovasi program kesehatan sekolah, antara lain:

- a. Pembentukan "Duta Remaja Sehat Menstruasi": Melatih perwakilan siswi sebagai pendamping sebaya (*peer educator*) agar siswi dapat saling berbagi informasi mengenai kebersihan menstruasi tanpa canggung.
- b. Integrasi Media Edukasi Digital (*QR-Code Sanitation*): Menempelkan stiker infografis ber-*QR Code* di cermin atau area toilet siswi yang dapat dipindai untuk mengakses panduan interaktif cara cebok yang benar, frekuensi ganti pembalut, dan pencegahan gatal/iritas genital.
- c. Penyediaan "Pojok Menstruasi Darurat": Menyediakan paket higienis darurat (pembalut, kantong pembuangan ramah lingkungan, dan celana dalam cadangan) di ruang UKS serta menjaga keberlanjutan ketersediaan air bersih dan sabun di toilet sekolah.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan tenaga kesehatan dapat mentransformasi metode promosi kesehatan konvensional menjadi metode yang lebih adaptif dengan gaya belajar remaja masa kini, seperti:

- a. Pengembangan Media *Micro-Learning Digital*: Mengemas materi Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) dan pencegahan *pruritus vulvae* ke dalam bentuk video animasi singkat di media sosial (TikTok/Instagram Reels) atau e-booklet interaktif.
- b. Pelatihan Berkelanjutan: Menyelenggarakan sesi *coaching* dan edukasi interaktif secara berkala bersama Duta Remaja Sehat di sekolah-sekolah wilayah kerja Puskesmas.

3. Bagi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur ilmiah kesehatan reproduksi remaja serta menjadi acuan dalam pengembangan modul *Digital Health Promotion* pada mata kuliah Asuhan Kebidanan Remaja. Mahasiswa kebidanan diharapkan dapat memanfaatkan data ini untuk merancang intervensi promosi kesehatan komunitas yang berbasis bukti (*evidence-based practice*) dan memanfaatkan teknologi informasi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian ini ke tahap yang lebih mendalam, seperti:

- a. Penelitian Eksperimental (*Quasi-Experiment*): Menguji efektivitas penggunaan media edukasi digital (misalnya aplikasi interaktif atau video animasi) terhadap perubahan pengetahuan, sikap, dan tindakan siswi dalam melakukan MKM.
- b. Pengembangan Variabel Penelitian: Menganalisis faktor eksternal lainnya yang belum diteliti, seperti analisis kelayakan fasilitas WASH (*Water, Sanitation, and Hygiene*) di sekolah, pengaruh dukungan orang tua, serta tingkat kecemasan atau stigma remaja terkait menstruasi.