

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Bedasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 53 siswi di SDN 111 Bengkulu Utara, maka disimpulkan

1. Sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori cukup sebanyak 31 responden (41,5%), sedangkan pengetahuan baik sebanyak 22 responden (58,5%).
2. Sebagian besar responden memiliki sikap dalam kategori cukup sebanyak 31 responden (58.5), dan sikap baik sebanyak 19 responden (35.8%) serta kurang 3 responden (5.7%)
3. Sebagian besar responden memperoleh dukungan orang tua dalam kategori tinggi sebanyak 35 responden (66,0%), sedangkan dukungan rendah sebanyak 18 responden (34,0%).
4. Sebagian besar responden mengalami kecemasan dalam menghadapi *Menarche* sebanyak 33 responden (66,0%), sedangkan yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 20 responden (34,0%).
5. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan (0,066), sikap (0,268), dan dukungan orang tua (0,901) tidak berhubungan secara signifikan dengan kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Meskipun remaja sebagian besar memiliki pengetahuan baik, sikap positif, dan mendapatkan dukungan orang tua tinggi, kecemasan tetap dapat muncul. Hal ini menegaskan bahwa kecemasan remaja dipengaruhi oleh faktor internal individu, pengalaman pribadi, dan persepsi terhadap perubahan

tubuh, sehingga dukungan eksternal saja tidak selalu mampu mengurangi kecemasan secara optimal.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pengetahuan, sikap, dan dukungan orang tua tidak berhubungan secara signifikan dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Temuan ini merupakan temuan baru, yang menunjukkan bahwa kecemasan remaja tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti dukungan orang tua, tetapi juga oleh faktor internal individu, pengalaman pribadi, dan persepsi terhadap perubahan tubuh..

## **B. Saran**

Bedasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut :

### 1. Sekolah

Sekolah diharapkan dapat meningkatkan upaya pemberian informasi dan edukasi mengenai *menarche* melalui kegiatan pembelajaran atau penyuluhan kesehatan. Peningkatan pengetahuan dan pembentukan sikap yang baik pada siswi diharapkan dapat membantu mengurangi kecemasan dalam menghadapi *menarche*.

### 2. Bagi Siswi

Siswi diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap yang positif terhadap *menarche* dengan mencari informasi yang benar dari sumber yang terpercaya. Dengan pengetahuan dan sikap yang baik, siswi diharapkan mampu menghadapi *menarche* dengan lebih tenang dan siap.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi kecemasan dalam menghadapi *menarche* selain dukungan orang tua, seperti peran teman sebaya, guru, maupun faktor psikologis. Penelitian lanjutan juga diharapkan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar dan metode penelitian yang berbeda.