

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Setelah dilakukan penelitian secara deskriptif mengenai mekanisme koping siswa SD dalam menghadapi menstruasi selama periode Februari – Mei 2019 diperoleh responden sebanyak 33 responden, responden adalah siswa SD yang sudah mengalami menstruasi sehingga dapat disimpulkan bahwa :

1. Mekanisme koping yang dilakukan siswa dalam menghadapi menstruasi di Sekolah Dasar Muhammadiyah Ambarketawang 1 dan 3 Sleman Yogyakarta, bahwa sebagian besar mekanisme koping yang paling sering siswa lakukan dalam menghadapi menstruasi siswa masih bisa berjalan seperti biasa walau menstruasi, dan siswa tidak pernah merasakan tersiksa saat menstruasi.
2. Mekanisme adaptasi siswa dalam menghadapi menstruasi di Sekolah Dasar Muhammadiyah Ambarketawang 1 dan 3 Sleman Yogyakarta, mekanisme koping siswa Sekolah Dasar Muhammadiyah Ambarketawang 1 dan 3 mengarah pada mekanisme koping adaptif dengan koping siswa berjalan biasa, tidak pernah tersiksa saat menstruasi dan siswa mendapatkan saran dari keluarga. sedangkan sebagian siswa ada yang menggunakan mekanisme koping maladaptif, dan koping tersebut siswa tidak memperbanyak sayur saat menstruasi, siswa mengganti pembalut setelah pulang sekolah dan siswa masih khawatir tembus, akan tetapi

ketiga koping hanya sebagian kecil siswa yang memilih mekanisme koping tersebut.

3. Mekanisme Koping Siswa dalam Menghadapi Menstruasi di SD Muhammadiyah Ambarketawang 1 dan 3 Sleman Yogyakarta sebagian besar siswa perempuan menggunakan mekanisme koping adaptif. Mekanisme koping adaptif tersebut meliputi siswa berjalan seperti biasanya dan tidak merasa tersiksa saat menstruasi, ketiga mekanisme koping tersebut masuk dalam kategori memecahkan masalah secara efektif.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan kepada pihak-pihak yang terkait dengan penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Dari hasil penelitian ini diharapkan menjadi referensi atau sumber yang membahas mengenai mekanisme koping dan menstruasi bagi mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta atau instansi pendidikan kesehatan lainnya.

2. Bagi Guru Sekolah Dasar Muhammadiyah Ambarketawang 1 dan 3 Sleman Yogyakarta

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengarah pada mekanisme yang adaptif, untuk selanjutnya tingkatkan

informasi dan pengetahuan mengenai menstruasi agar siswa tidak salah dalam melakukan tindakan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Secara umum mekanisme koping ini menunjukkan mekanisme koping yang adaptif, akan tetapi peneliti tidak mampu meneliti seluruh SD di wilayah Kabupaten Sleman. Sehingga perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan melibatkan keluarga dalam pengembangan mekanisme koping siswa tersebut.

4. Bagi siswa Sekolah Dasar Muhammadiyah Ambarketawang 1 dan 3

Dari hasil penelitian diharapkan siswa yang sudah menstruasi mampu meningkatkan mekanisme koping yang telah dilakukan, dengan cara menambah informasi mengenai menstruasi dari sumber manapun untuk memperkaya pengetahuan mengenai menstruasi.