

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan maka peneliti dapat memberikan kesimpulan, sebagai berikut:

1. Tingkat kecemasan *menarche* remaja dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap berada pada kategori sedang dengan rincian yakni 2 orang dalam keadaan rendah dengan persentase 17%, 18 orang dalam keadaan sedang dengan persentase 75%, dan 4 orang dalam keadaan tinggi dengan persentase 8%.
2. Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan media video efektif untuk mengatasi kecemasan *menarche* pada remaja dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap. Kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan media video memiliki selisih rata-rata (mean) dari *pretest* dan *posttest* yakni 40,67.
3. Pelaksanaan bimbingan kelompok untuk mengatasi kecemasan *menarche* pada remaja dusun I, II dan III Desa Tanjung Atap. Kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan bimbingan pada kelompok kontrol memiliki selisih rata-rata (mean) dari *pretest* dan *posttest* yakni 28,42. Bimbingan kelompok dengan media video atau bimbingan kelompok sama-sama efektif untuk mengatasi kecemasan *menarche* remaja, namun dengan kata lain, terdapat perbedaan tingkat keefektifan antara bimbingan kelompok dengan media video dan bimbingan kelompok.

#### **B. Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terdapat saran yang diajukan, antara lain sebagai berikut:

1. Bagi remaja putri, diharapkan mampu memahami dan mengaplikasikan informasi yang diberikan dalam penanggulangan kecemasan *menarche*.
2. Bagi Kepala Desa Tanjung Atap, diharapkan menindaklanjuti dengan bekerjasama dalam mengadakan program edukasi mengenai menstruasi di Desa.
3. Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya dengan penelitian yang sama namun pada sudut pandang yang berbeda.