

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terkait dengan Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMP N 2 Gamping, diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. Status gizi pada remaja putri di SMP N 2 Gamping sebanyak 56 responden (41,2%) adalah normal.
2. Siklus menstruasi pada remaja putri di SMP N 2 Gamping sebanyak 95 responden (69,9%) adalah tidak teratur.
3. Tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMP N 2 Gamping dengan hasil analisis *chi-square* $p = 0,075$ yakni nilai $\alpha > 0,05$.

B. SARAN

Perbaiki kualitas siklus menstruasi pada remaja putri di SMP N 2 Gamping dalam menjaga agar siklus menstruasinya teratur memerlukan upaya sebagai berikut:

1. Bagi Remaja Putri

Diharapkan kepada remaja putri di SMP N 2 Gamping yang mengalami ketidakteraturan dalam siklus menstruasi untuk berkonsultasi kepada dokter.

2. Bagi SMP N 2 Gamping

Diharapkan kepada pihak sekolah menyediakan tempat konsultasi kesehatan terkait dengan status gizi dan kesehatan reproduksi remaja.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk menganalisis lebih spesifik mengenai faktor stress maupun hormonal yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi. Peneliti selanjutnya diharapkan juga lebih memperhatikan berapa lama usia *menarche* responden penelitian agar menghindari bias yang akan terjadi didalam penelitian.