

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan :

1. Status gizi pada siswi kelas VII SMP Negeri I Watukumpul Pemalang sebagian besar dalam kategori baik 25 orang (50%).
2. Usia *menarche* pada siswi kelas VII SMP Negeri I Watukumpul Pemalang sebagian besar dalam kategori normal yaitu 11-16 tahun terdapat 26 orang (52%)
3. Ada hubungan antara status gizi remaja putri dengan usia terjadinya *menarche* pada siswi kelas VII SMP Negeri I Watukumpul Pemalang Tahun 2011, ini ditunjukkan dari hasil korelasi sebesar $-0,311$ dengan nilai signifikansi $0,023$. Hasil penelitian menunjukkan nilai $p = 0,023$ lebih kecil dari $\alpha 0,05$.

B. Saran

Berdasarkan analisis data yang dilakukan dapat disarankan:

1. Bagi siswi SMP Negeri I Watukumpul Pemalang

Diharapkan bagi siswi untuk mencari informasi tentang makanan yang mengandung gizi yang baik serta memperhatikan kuantitas dan kualitas karena berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi khususnya pada usia *menarche*.

2. Bagi SMP Negeri Watukumpul Pemalang

a. Bagi Kepala Sekolah

Kepala Sekolah sebaiknya mengundang tenaga kesehatan guna memberikan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi kesehatan khususnya tentang *menarche*.

b. Bagi Guru

Guru diharapkan pada waktu memberikan pelajaran Biologi menyelipkan informasi tentang *menarche* kepada siswi

3. Bagi Pengelola Perpustakaan STIKES Achmad Yani Yogyakarta.

Pengelola Perpustakaan hendaknya menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan bacaan untuk meningkatkan pengetahuan dan pengalaman bagi mahasiswa yang ingin melakukan penelitian sejenis. Perpustakaan diharapkan menambah referensi buku tentang gizi dan tentang *menarche*.