

BAB V

PENUTUP

V.1. Kesimpulan

Dari hasil dan pembahasan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar mahasiswi tingkat I FK UPN “Veteran” Jakarta yang diteliti memiliki status gizi normal sebanyak 56 orang (65,1%), obesitas 19 orang (22,1%), dan *overweight* sebanyak 11 orang (12,8%).
2. Distribusi siklus menstruasi yang paling banyak ditemukan pada mahasiswi tingkat I FK UPN “Veteran” Jakarta dengan status gizi normal adalah siklus menstruasi normal sebanyak 38 orang (67,9%). Responden yang mengalami *overweight* mengalami jenis gangguan siklus menstruasi dan terbanyak adalah oligomenorea sebanyak 6 orang (54,5%). Sedangkan responden yang mengalami obesitas mengalami gangguan siklus menstruasi dan terbanyak yaitu oligomenorea sebanyak 11 orang (57,9%).
3. Terdapat hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat I FK UPN “Veteran” Jakarta.

V.2. Saran

1. Diharapkan bagi mahasiswi tingkat I FK UPN “Veteran” Jakarta yang mengalami *overweight* dan obesitas agar mengurangi berat badannya dan memperhatikan jenis makanan serta jenis bahan makanan yang dikonsumsi.
2. Bagi peneliti yang berminat melanjutkan penelitian ini bisa melakukan dengan metode yang berbeda seperti pengembangan instrumen yang lebih baik lagi dan faktor-faktor lain yang mempengaruhi siklus menstruasi seperti gizi buruk atau aktivitas yang terlalu berat.