

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

- a. Tidak terdapat hubungan antara asupan energi dengan usia *menarche* pada remaja putri usia 10-14 tahun di wilayah Perumahan Bumi Pertiwi 2, Kabupaten Bogor
- b. Terdapat hubungan antara asupan protein dengan usia *menarche* pada remaja putri usia 10-14 tahun di wilayah Perumahan Bumi Pertiwi 2, Kabupaten Bogor
- c. Tidak terdapat hubungan antara asupan lemak dengan usia *menarche* pada remaja putri usia 10-14 tahun di wilayah Perumahan Bumi Pertiwi 2, Kabupaten Bogor
- d. Tidak terdapat hubungan antara asupan karbohidrat dengan usia *menarche* pada remaja putri usia 10-14 tahun di wilayah Perumahan Bumi Pertiwi 2, Kabupaten Bogor
- e. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan kalsium dengan usia *menarche* pada remaja putri usia 10-14 tahun di wilayah Perumahan Bumi Pertiwi 2, Kabupaten Bogor
- f. Tidak adanya hubungan antara usia *menarche* ibu dengan usia *menarche* pada remaja putri usia 10 sampai 14 tahun di wilayah Perumahan Bumi Pertiwi 2
- g. Terdapat hubungan antara status gizi (IMT/U) dengan usia *menarche* pada remaja putri usia 10 sampai 14 tahun di wilayah Perumahan Bumi Pertiwi 2

## **V.2 Saran**

### **V.2.1 Bagi Responden**

Bagi responden dapat mengatur asupan makannya termasuk jajanan ketika disekolahnya, konsumsi makanan *fast food* atau *junk food* yang berlebihan dapat mempengaruhi status gizi responden. Diharapkan agar responden dapat menjaga asupan makannya sesuai dengan gizi yang seimbang agar tercukupi dan tidak berlebihan, responden serta responden dapat memantau status gizinya secara rutin terutama bagi responden yang mengalami gizi lebih agar keadaan status gizi responden menjadi baik atau mendekati normal.

### **V.2.2 Bagi Warga Perumahan Bumi Pertiwi 2**

Melakukan upaya tindakan pencegahan atau preventif terkait *menarche* dini beserta dampaknya pada ibu atau orang tua di wilayah Perumahan Bumi Pertiwi 2, dengan menjalin kerjasama dengan tenaga kesehatan untuk sosialisasi terkait *menarche* dini, sehingga orang tua akan dapat lebih memahami terkait kejadian *menarche* dini.

### **V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Untuk peneliti selanjutnya dapat melakukan studi atau penelitian yang serupa dengan mempelajari variabel lain seperti paparan media massa serta pendidikan orang tua. Terkait responden penelitian dapat dilakukan pada anak sekolah dasar, karena pola makan mereka sebelum mengalami *menarche* hingga saat pengambilan data tidak terlalu berbeda.