

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **6.1 Kesimpulan**

Berdasarkan tujuan studi literatur mengenai faktor yang mempengaruhi usia *menarche* di negara berkembang dan negara maju, maka disimpulkan sebagai berikut:

1. Rata-rata usia *menarche* di negara berkembang adalah 13,9 tahun, dengan usia *menarche* normal adalah 12-14 tahun, *menarche* dini di bawah 12 tahun dan *menarche* terlambat diatas 14 tahun. Dari artikel yang dianalisis ditemukan faktor yang mempengaruhi usia *menarche* di negara berkembang lebih banyak daripada di negara maju, yaitu status gizi, aktivitas fisik, status ekonomi, wilayah tempat tinggal, ras/etnis, usia *menarche* ibu dan saudara kandung, paparan media masa, pendidikan orang tua, dukungan sosial serta kesehatan umum dan spiritual ibu.
2. Rata-rata usia *menarche* di negara maju adalah 12,4 tahun, dengan usia *menarche* normal adalah 11-13 tahun, *menarche* dini di bawah 11 tahun dan *menarche* terlambat diatas 13 tahun. Dari artikel yang dianalisis ditemukan faktor yang mempengaruhi usia *menarche* di negara maju yaitu BMI, aktivitas fisik, status ekonomi, ras/etnis, komposisi keluarga, perokok aktif dan perokok pasif, konsumsi alkohol dan keluhan psikosomatis. Perbedaan faktor pada negara maju dengan negara berkembang yaitu faktor merokok dan konsumsi alkohol. Hal ini dikarenakan perbedaan gaya hidup yang mana di negara maju banyak remaja perempuan yang biasa mengkonsumsi alkohol dan merokok.

#### **6.2 Implikasi dan Rekomendasi**

##### **6.2.1 Implikasi**

*Literatur review* ini berimplikasi pada peningkatan edukasi dan menumbuhkan kesadaran remaja putri serta orang tua untuk lebih memperhatikan faktor yang mempengaruhi usia *menarche* remaja putri untuk upaya melakukan pencegahan remaja putri mengalami *menarche* yang terlalu dini dan terlalu lambat.

### 6.2.2 Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan diatas maka dapat diberikan beberapa saran, yaitu sebagai berikut :

1. Bagi penulis selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih luas tentang faktor yang mempengaruhi usia *menarche* remaja putri, yaitu faktor kebiasaan merokok ataupun paparan asap rokok terhadap usia *menarche*.
2. Bagi institusi pendidikan Program Studi S1 Kebidanan agar menjadikan hasil tulisan ini sebagai bahan pembelajaran terkait faktor yang mempengaruhi usia *menarche* remaja putri.
3. Bagi tenaga kesehatan khususnya bidan untuk dapat memberikan informasi dan edukasi kepada ibu dan remaja putri mengenai apa saja faktor yang bisa mempengaruhi usia *menarche*.
4. Bagi masyarakat khususnya remaja putri serta orang tua lebih memperhatikan faktor yang mempengaruhi usia *menarche* remaja putri agar bisa melakukan pencegahan terjadinya *menarche* dini maupun *menarche* terlambat.

