

BAB 7

SIMPULAN DAN SARAN

7.1 Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang sudah dilakukan mengenai hubungan usia *menarche* dengan tinggi badan siswi SMA di Kota Padang, diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Rata-rata usia *menarche* siswi SMA di Kota Padang adalah $12,37 \pm 0,98$ tahun (12 tahun 4 bulan).
2. Rata-rata tinggi badan siswi SMA di Kota Padang adalah $155 \pm 6,125$ cm.
3. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara usia *menarche* dengan tinggi badan siswi SMA di Kota Padang.

7.2 Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya
Disarankan supaya tidak hanya melihat indeks massa tubuhnya saja, tapi juga mempertimbangkan faktor nutrisi lainnya dan faktor genetik sebagai kriteria sampel.
2. Bagi Tenaga Kesehatan
Disarankan supaya mengedukasi orang tua untuk berusaha memenuhi kebutuhan dasar anak agar usia pubertas dicapai pada waktu yang normal dan mencapai pertumbuhan tinggi badan yang optimal.