

## BAB 7

### PENUTUP

#### 7.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Distribusi frekuensi usia *menarche* terbanyak adalah pada usia 11,83 tahun (18,8%).
2. Terdapat hubungan antara IMT dengan usia *menarche*, yaitu semakin tinggi IMT semakin cepat usia *menarche*
3. Terdapat hubungan antara persentase lemak tubuh dengan usia *menarche*, yaitu semakin tinggi persentase lemak tubuh semakin cepat usia *menarche*
4. Terdapat hubungan antara RLPP dengan usia *menarche*, yaitu semakin rendah RLPP semakin cepat usia *menarche*
5. Terdapat hubungan antara status sosial ekonomi dengan usia *menarche*, yaitu semakin tinggi status sosial ekonomi semakin cepat usia *menarche*
6. Terdapat hubungan antara paparan media massa yang mengandung konten seksual dengan usia *menarche*, yaitu semakin tinggi paparan media massa yang mengandung konten seksual semakin cepat usia *menarche*

#### 7.2. Saran

1. Bagi peneliti selanjutnya sebaiknya melakukan penelitian lebih lanjut dengan variabel berbeda dari variabel yang telah diteliti sebelumnya seperti kadar leptin, usia *menarche* ibu, aktivitas fisik dan dengan desain penelitian yang berbeda, serta melakukan tambahan analisis data dengan analisis multivariat.
2. Bagi institusi pendidikan memberikan pendidikan kesehatan reproduksi dan seksual secara menyeluruh dan terpadu kepada siswa – siswi untuk membantu kesiapannya dalam menghadapi sesuatu yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi kedepannya.
3. Bagi masyarakat perlu ditingkatkan pengetahuan mengenai pentingnya asupan nutrisi seimbang, pemenuhan gizi pada anak, serta pengaruh dari media massa, terutama media sosial seperti *instagram*, *facebook*, *twitter*, *youtube*, dll bagi remaja perempuan di masa pubertas dan prapubertas untuk mencapai usia *menarche* yang normal.