

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini disajikan kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti tentang hubungan obesitas dengan siklus menstruasi studi pada remaja putri di SMKN 1 Kebonsari.

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan Hubungan Antara Obesitas Dengan Siklus Menstruasi Studi Pada Remaja Putri di SMKN 1 Kebonsari. Ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. sebagian besar 30 responden (51,7%) yang mengalami obesitas, 19 responden (32,8%) dengan berat badan normal dan 9 responden (15,5%) dengan berat badan kurang
2. Sebagian besar 30 responden (51,7%) yang mengalami siklus menstruasi tidak teratur dan 28 responden (48,3%) yang mengalami siklus menstruasi teratur.
3. Analisis hubungan antara variabel obesitas dengan variabel siklus menstruasi didapatkan p value $(0,000) < \alpha (0,05)$ yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada hubungan obesitas dengan siklus menstruasi. Pada keeratan hubungan 0,707 dalam kategori keeratan hubungan cukup antara obesitas dengan siklus menstruasi.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Responden

Diharapkan responden yang mengalami obesitas dapat diturunkan dengan mengikuti program penurunan berat badan serta diet dengan benar dan pemberian aktivitas fisik.

6.2.2 Bagi tempat penelitian

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan masukan tentang masalah gizi yang dapat terjadi pada remaja yaitu obesitas.

6.2.3 Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan pada peneliti selanjutnya peneliti lebih lanjut mengenai siklus menstruasi sehingga bias mengungkapkan factor risiko lain dalam kesehatan reproduksi wanita selain dari faktor gizi, misalnya faktor genetik, gaya hidup, pengaruh psikologis, dan lain-lain.

6.2.4 Bagi Profesi keperawatan

Diharapkan untuk profesi keperawatan khususnya perawat dalam bidang maternitas dapat memberikan motivasi kepada remaja putri di sekolah agar menghindari faktor risiko terjadinya gangguan siklus menstruasi.