

BAB 6

PENUTUP

Pada bab ini akan diuraikan tentang kesimpulan dari hasil penelitian tentang gambaran status gizi dengan siklus menstruasi pada siswi di SMA Darul Islam Gresik serta saran yang akan diberikan oleh peneliti.

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab V, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

6.1.1 Hampir setengah siswi di SMA Darul Islam Gresik berjumlah 47 siswi (47 %) yang mempunyai status gizi kurus, kemudian 35 siswi (35%) status gizi normal, selanjutnya status gizi gemuk sebanyak 10 siswi (10%), pada status gizi sangat kurus ada 5 siswi (5%) dan sangat gemuk dengan 3 siswi (3%) di SMA Darul Islam Gresik.

6.1.2 Hampir setengah siswi mempunyai siklus normal dengan (45%) atau 45 siswi, responden kedua yaitu siklus panjang dengan (42%) atau 42 siswi, dan terakhir responden siklus pendek dengan (13%) atau 13 siswi di SMA Darul Islam Gresik.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Institusi

Diharapkan bagi institusi kesehatan untuk memberikan atau menyediakan berbagai sumber pustaka baik buku, majalah, jurnal artikel ataupun media lain untuk informasi dan kelancaran penelitian.

6.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi mahasiswa dapat menambah wawasannya dan menjadikan penelitian ini sebagai salah satu literatur dalam penelitian berikutnya. Dapat juga digunakan untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi diantaranya Olahraga berat, Konsumsi obat tertentu, Pengaruh rokok, Psikososial, Penyakit reproduksi, Kelainan genetik. Serta meneliti betapa berpengaruhnya status gizi terhadap siklus menstruasi.

6.2.3 Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan penelitian ini bisa dijadikan sebagai dasar untuk memberikan kegiatan ekstrakurikuler seperti olahraga dalam upaya pencegahan terjadinya gangguan status gizi dan menambah wawasan tentang betapa pentingnya status gizi terhadap siklus menstruasi.