

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 30 Padang Tahun 2025” maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebanyak 33 responden (54,1%) remaja putri memiliki status gizi normal kelas IX di SMP Negeri 30 Padang.
2. Sebanyak 39 responden (63,9 %) remaja putri mengalami siklus menstruasi tidak normal di SMP Negeri 30 Padang.
3. Terdapat ada hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri kelas IX di SMP Negeri 30 Padang dengan $p\ value = 0,001$.

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti beberapa faktor lain yang mempengaruhi siklus menstruasi seperti tingkat stress, pola makan, dan aktivitas fisik. Sehubungan dengan hal tersebut, maka disarankan bagi peneliti selanjutnya agar mempertimbangkan faktor-faktor ini agar nantinya diperoleh hasil yang lebih lengkap.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai masukan serta tambahan informasi, referensi untuk memperkaya institusi terutama dalam bidang perpustakaan di Universitas Alifah Padang dan penambahan perbandingan bagi pembaca dalam

penelitian serta untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan kejadian status gizi dengan siklus menstruasi.

3. Bagi Sekolah

Diharapkan dari pihak sekolah dapat bekerja sama dengan Puskesmas dan pelayanan kesehatan lainnya guna memberikan pendidikan informasi serta pemahaman mengenai status gizi dan siklus menstruasi pada remaja putri.

