

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan. Dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Ada hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Siklus Menstruasi pada siswi kelas XII di SMAN 1 Pangkalan Kabupaten Karawang.
2. Siswi SMAN 1 Pangkalan Kabupaten Karawang sebagian besar memiliki indeks masa tubuh dalam kategori normal.
3. Siswi SMAN 1 Pangkalan Kabupaten Karawang sebagian besar memiliki siklus menstruasi dalam kategori tidak teratur.
4. Adanya hubungan positif yang signifikan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Siklus Menstruasi pada siswi kelas XII di SMAN 1 Pangkalan Kabupaten Karawang dengan tingkat kekuatan hubungan (korelasi) cukup.

B. SARAN

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat memperkaya variabel-variabel lain yang dapat mengganggu siklus menstruasi seperti menjaga pola makan sehat agar IMT nya tidak terganggu.

2. Bagi Masyarakat

Diharapkan bagi masyarakat untuk tepat menjaga IMT agar tetap seimbang dengan mengatur pola makan dan melakukan olahraga secara rutin agar tidak terganggunya siklus menstruasi.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menjadi sumber referensi, bacaan dan pengajaran khususnya yang berhubungan dengan siklus menstruasi dan status gizi dengan indeks massa tubuh.

