BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Gambaran status gizi dan status pubertas pada anak perempuan usia 8-10 tahun serta faktor-faktor yang mempengaruhinya, maka didapatkan Kesimpulan sebagai berikut :

1. Proporsi status gizi berdasarkan usia didapatkan yaitu
 - Pada usia 8 tahun status gizi terbanyak adalah normal sebanyak 10 orang (43,5%)
 - Pada usia 9 tahun status gizi terbanyak adalah normal sebanyak 17 orang (45,9%)
 - Pada usia 10 tahun status gizi terbanyak adalah normal sebanyak 22 orang (48,9%)
2. Proporsi status *menarche* berdasarkan usia didapatkan yaitu
 - Pada usia 8 tahun belum ada anak yang mengalami *menarche*
 - Pada usia 9 tahun hanya terdapat 1 anak yang sudah mengalami *menarche* (2,7%) dikatakan sebagai pubertas prekoks (*menarche* prekoks)
 - Pada usia 10 tahun terdapat 11 anak yang sudah mengalami *menarche* (24,4%) dikatakan sebagai pubertas normal
3. Proporsi lingkar perut normal pada responden dengan status gizi overweight adalah sebanyak 1 orang (1,7%) dan lingkar perut obesitas sebanyak 7 orang (15,2%). Proporsi lingkar perut normal pada responden dengan status gizi obesitas sebanyak 2 orang (3,4%) dan lingkar perut obesitas sebanyak 19 orang (41,3%).
4. Proporsi responden yang mengalami *menarche* normal dan prekoks berdasarkan faktor-faktor lain yang mempengaruhinya sebagai berikut :

- Usia *menarche* ibu didapatkan hasil anak yang mengalami *menarche* secara prekoks sebanyak 1 orang (16,7%) memiliki ibu dengan usia *menarche* tingkat SD
- Status prematur didapatkan hasil bahwa anak yang mengalami *menarche* prekoks sebanyak 1 orang (9,1%) tidak mengalami kelahiran secara prematur
- Riwayat obesitas keluarga didapatkan hasil bahwa anak yang mengalami *menarche* prekoks sebanyak 1 orang (33,3%) memiliki ibu dengan obesitas
- Aktivitas fisik didapatkan hasil anak yang mengalami prekoks sebanyak 1 orang (33,3%) memiliki aktivitas fisik kategori lebih
- *Screentime* didapatkan hasil bahwa anak yang mengalami *menarche* prekoks sebanyak 1 orang (11,1%) memiliki durasi *screentime* kategori lebih
- Pekerjaan orang tua didapatkan hasil bahwa anak yang mengalami *menarche* prekoks sebanyak 1 orang (14,3%) memiliki orang tua dengan pekerjaan sebagai pegawai negeri
- Penghasilan orang tua didapatkan anak yang mengalami *menarche* secara prekoks sebanyak 1 orang (12,5%) memiliki orang tua dengan penghasilan/bulan kategori tinggi berdasarkan UMR Kota Jambi 2024
- Pendidikan terakhir orang tua dengan anak yang mengalami *menarche* prekoks sebanyak 1 orang (12,5%) memiliki orang tua dengan tingkat pendidikan terakhir tingkatan tinggi

Hubungan yang signifikan ditemukan antara status gizi, usia ibu saat *menarche*, riwayat obesitas dalam keluarga, dan *screentime* dengan usia *menarche*. Sementara itu, tidak ada hubungan yang signifikan antara riwayat kelahiran prematur, aktivitas fisik, dan data demografis orang tua dengan usia *menarche*.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan peneliti ingin memberikan saran kepada beberapa pihak yang terkait mengenai penelitian ini antara lain :

1. Diharapkan kepada peneliti lain untuk dapat mengembangkan penelitian ini atau yang serupa, yaitu dengan menambahkan variabel lain serta menambah subjek penelitian.
2. Diharapkan kepada pihak orang tua responden untuk dapat memperbaiki status gizi anaknya yang dalam rentang status gizi kurang dan obesitas. Selain itu, diharapkan juga kepada para orang tua siswi untuk dapat memperbaiki aktivitas fisik, *screen time* dan pola makan anaknya yang di mana berhubungan dengan status gizi yang dimiliki.
3. Diharapkan kepada pihak sekolah untuk dapat melakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan secara berkala di sekolah sehingga diketahuinya status gizi siswa dan siswinya