

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

1. Responden yang mengalami *menarche* dini sebanyak 83,3%.
2. Status gizi memberikan kontribusi terhadap kejadian *menarche* dini pada remaja putri sebesar 70.8%.
3. Kejadian *menarche* dini pada remaja putri dipengaruhi oleh faktor genetik sebanyak 69.4%.
4. Kejadian *menarche* dini akibat faktor gaya hidup dalam hal ini kebiasaan olahraga, dialami oleh responden sebanyak 61.1%, kebiasaan mengonsumsi *fast food* dialami oleh 58.3%, responden dan *menarche* dini akibat faktor gaya hidup dalam hal ini kebiasaan mengonsumsi minuman kemasan (*soft drink*), dialami 29 responden (80.6%).
5. Faktor asupan gizi memiliki hubungan dengan kejadian *menarche dini* pada remaja putri di SDN 1 Pulubala,
6. Faktor genetik dimana sang ibu mengalami *menarche dini* memberikan hubungan yang bermakna dengan kejadian *menarche dini*
7. Kebiasaan olahraga, sebagaimana hasil penelitian menunjukkan hubungan dengan kejadian *menarche dini*,
8. Kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji sebagaimana hasil penelitian menunjukkan hubungan yang bermakna.
9. Kebiasaan mengonsumsi *soft drink* berhubungan dengan kejadian *menarche dini*

5.2 Saran

Memperhatikan hasil penelitian dan simpulan yang telah dikemukakan di atas, maka beberapa saran yang dapat dikemukakan adalah sebagai berikut:

1. Kepada pemerintah dalam hal ini pihak terkait dapatlah kiranya melakukan sosialisasi akan pengaruh makanan cepat saji (*fast food*) dan minuman kemasan (*soft drink*) terhadap perkembangan anak dan remaja.
2. Kepada pihak Perguruan Tinggi dalam hal ini UNG, hendaknya hasil penelitian ini, dapat dijadikan penelitian dasar untuk lebih mengkaji secara mendalam utamanya dampak *soft drink* dan *fast food* secara lebih rinci termasuk unsur-unsur yang terkandung di dalamnya hingga dapat dilakukan upaya meminimalisir dampak negatif yang ditimbulkannya dan akhirnya dapat dijadikan sebagai bahan rekomendasi untuk berbagai pihak.
3. Kepada pihak sekolah, hendaknya dapat lebih mengawasi kantin sekolah dan penjaja makanan yang ada untuk menjamin keamanan konsumsi makanan dan minuman bagi siswanya.
4. Kepada masyarakat dan orang tua, hendaknya lebih ketat dan selektif terhadap jenis makanan yang dikonsumsi anak, karena dapat mengakibatkan pengaruh buruk pada akhirnya.