

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

1. Tidak ada hubungan bermakna antara status gizi dengan *dismenorea* pada remaja putri di SMA Negeri 1 Kabila Tahun 2016 dengan *p value* = 0,786.
2. Ada hubungan bermakna antara aktivitas fisik dengan *dismenorea* pada remaja putri di SMA Negeri 1 Kabila dengan *p value* = 0,000.

5.2 Saran

1. Bagi tempat penelitian
Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi yang dapat meningkatkan pengetahuan para siswi tentang kejadian *dismenorea*.
2. Bagi peneliti
Diharapkan kepada peneliti yang akan datang mampu mengembangkan penelitian selanjutnya berkaitan dengan *dismenorea*.
3. Bagi remaja.
Hendaknya penelitian ini dapat menjadi sumber informasi yang dapat memberikan tambahan ilmu pengetahuan tentang *dismenorea*, status gizi dan aktivitas fisik bagi pertumbuhan dan perkembangan remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad. 2012. *Ilmu Gizi*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Almatsier, S. 2010 *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka.
- Andira, D. 2010. *Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: A'PLUS BOOK.
- Anolis, A. 2011. *17 Penyakit Wanita Yang Paling Mematikan*. Yogyakarta: Buana Pustaka
- Anugoro, D dan Ari Wulandari. 2011. *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta: Andi.
- Arisman. 2007. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Aulia. 2009. *Kupas Tuntas Menstruasi*. Yogyakarta: Milestone.
- Depkes, RI. 2007. Pusat Promosi Kesehatan Dalam Pencapaian PHBS.
- Edmonds, K. 2007. *Gynaecological Disorders of Childhood and Adolescence: Dewhurst's Textbook of Obstetrics and Gynaecological 7th Edition*. Blackwell Publishing: London.
- FAO/WHO/UNU. 2001. *Human Energy Requirement*, Report of a Joint FAO/WHO/UNU Expert Consultation. Rome.
- Hidayat, A. 2011. *Metodologi Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medik.
- Hudson, T. (2007). *Using nutrition to review primary dysmenhorrea*. Alternative & Complementary Therapies. Marry Ann Liebert.
- Joseph, N. 2010. *Ginekologi & Obstetri (Obsgyn)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kemendes RI. 2010. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 1995/Menkes/SK/XII/2010. Tentang Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Pada Anak.
- Kristanti, M. 2002. *Kondisi Fisik Kurang Gerak Dan Instrumen Pengukuran*. Dalam : Media Litbang Kesehatan.

- Lukman, A. 2004. *Remaja Hari Ini Adalah Pemimpin Masa Depan*. Jakarta: BKKBN.
- Mahmudiono, T. 2010. Gambaran Dismenorea Pada Remaja Putri Sekolah Menengah Pertama di Manado. *Jurnal Pediatri Volume 2*.
- Manuaba. 1999. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: Arcan.
- Mayanne. 2011. Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Kejadian Sindrom Pra Menstruasi Pada Siswi SMA Negeri 1 Padang Panjang. Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
- Mirza, M. 2009. *Seluk Beluk Reproduksi dan Kehamilan*. Yogyakarta: Garailmu.
- Mulastin. 2011. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Dismenorea Remaja Putri Di SMA Islam Al-Hikmah Jepara.
- Nita. 2008. Konsep menstruasi. (dalam jurnal hubungan kebiasaan olahraga dengan dismenore primer remaja putri di SMP 2 Mirit Kebumen) Ninik Fajaryati.
- Notoatmadjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Novia, D. 2012. Hubungan Dismenore dengan Olahraga Pada Remaja SMA St. Thomas 1 Medan. Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara.
- Paath, F. 2004. *Gizi Dalam Kesehatan reproduksi*. Jakarta : EGC.
- Prawirohardjo, S. 2008. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Proverawati, A. 2009. *Gizi Untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Proverawati, A. dan Misaroh, S. 2009. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Proverawati, A. dan Erna Kusumawati. 2011. *Ilmu Gizi Untuk Keperawatan dan Gizi Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Panuju, P. 2005. *Psikologi Remaja*. Yogyakarta: Tiara Wacana Yogya.
- Riwidikdo, H. 2009. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta: Mitra Cendekia.
- Sarwono, 2006. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Sarwono. 2010. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rajawali Pers.

- Saryono. 2009. *Sindrom Premenstruasi*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Silvana, P.D. (2012). Hubungan antara karakteristik individu, aktivitas fisik, dan konsumsi produk susu dengan *dismenore* primer pada mahasiswi FIK dan FKM UI.
- Sophia, F. 2013. Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Dismenore Pada Siswi SMK Negeri 10 Medan. *Skripsi*. Departemen Epidemiologi FKM. Medan : Universitas Sumatera Utara.
- Sumantri, A. 2013. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Kencana Prenanda Media Group.
- Tjokronegoro, E. 2004. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: PT. Rajagrafindo.
- Trimayasari, D dan Kuswandi, K. (2013). Hubungan usia menarche dan status gizi siswi SMP kelas 2 dengan kejadian *dismenore*. *Jurnal Obstretika Scientia* Vol.2, No.2 ISSN 2337-6120.
- WHO. 2010. Physical Activity. In Guide To Community Preventive Service Website, 2008).