

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada tanggal 08 Juli 2021 mengenai analisis hubungan siklus menstruasi dengan indeks massa tubuh siswi SMAN 1 Pandaan pada tahun 2021 dapat ditarik kesimpulan :

1. Secara umum, Siswi SMAN 1 Pandaan sebagian besar memiliki indeks massa tubuh gemuk atau gejala obesitas gemuk dimana, sebanyak 57 responden atau 63,3% memiliki kategori indeks massa tubuh gemuk dan sebanyak 3 responden atau 3,3% memiliki kategori indeks massa tubuh obesitas.
2. Secara umum, Siswi SMAN 1 Pandaan sebagian besar mengalami siklus menstruasi yang tidak normal dimana, dijelaskan bahwa terdapat 62 orang atau 68,8 persen dari keseluruhan responden mengalami siklus menstruasi yang tidak normal atau tidak teratur atau dapat dikatakan lebih banyak dari responden yang mengalami siklus menstruasi normal, yang berarti jumlah responden yang mengalami ketidak teraturan pada siklus menstruasi lebih banyak dari jumlah responden yang memiliki kategori IMT Gemuk dan Obesitas.
3. Terdapat hubungan yang sangat kuat antara gejala obesitas dengan gangguan siklus menstruasi pada siswi SMAN 1 Pandaan dimana, dijelaskan bahwa didapatkan nilai signifikansi 0,000 atau kurang dari 0,05 dengan nilai koefisien korelasi uji *rank spearman* sebesar 0,855 yang menyatakan bahwa, terdapat hubungan yang sangat kuat dan searah antara variabel obesitas dengan siklus menstruasi pada siswi SMAN 1 Pandaan.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi Peneliti Selanjutnya
Mengenai hasil yang didapatkan untuk sampel siswi dari SMAN 1 Pandaan memiliki sedikit pandangan bahwa penelitian mengenai hubungan siklus menstruasi dengan indeks massa tubuh adalah berhasil, maka peneliti menyarankan agar lebih banyak responden yang dapat digunakan untuk menentukan hasil tersebut agar mendapatkan hasil yang optimal.

2. Bagi tempat Penelitian
Karena penelitian dilakukan saat pandemi, maka peneliti belum menemukan hal atau faktor yang menghambat penelitian, sehingga bagi tempat penelitian diharapkan memberikan fasilitas yang terbaik terhadap para siswi maupun peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian di tempat tersebut.
3. Bagi Institusi
Penulis berharap dapat meningkatkan edukasi mengenai apa saja penyebab gangguan siklus menstruasi salah satunya adalah gejala obesitas, meningkatkan edukasi tentang cara menjaga indeks massa tubuh yang normal sehingga, mampu mencegah terjadinya gangguan siklus menstruasi