

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Dalam kajian studi literatur pada 15 jurnal didapatkan 5 faktor yang dapat mempengaruhi kejadian *menarche* dini yaitu status gizi, lingkungan sosial dan ekonomi, keterpaparan media massa, genetic, dan konsumsi *junk food*. Ditemukan sebanyak 10 jurnal yang membahas mengenai faktor status gizi terdapat 9 jurnal yang menyebutkan bahwa faktor status gizi dapat mempengaruhi kejadian *menarche* dini pada remaja putri dan 1 jurnal menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan usia *menarche*. Sebanyak 5 jurnal yang membahas mengenai faktor lingkungan sosial dan ekonomi terdapat 4 jurnal yang menyebutkan bahwa factor lingkungan sosial dan ekonomi dapat mempengaruhi kejadian *menarche* dini pada remaja putri dan 1 jurnal menunjukkan bahwa factor social ekonomi tidak mempengaruhi usia *menarche* pada remaja. Terdapat 4 jurnal menyebutkan bahwa keterpaparan media massa berpengaruh terhadap kejadian *menarche* dini pada remaja putri. Sebanyak 3 jurnal yang membahas mengenai faktor genetik terdapat 2 jurnal yang menyebutkan bahwa factor genetik dapat mempengaruhi kejadian *menarche* dini pada remaja putri dan 1 jurnal menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh antara faktor genetik yaitu usia ibu pertama kali *menarche* dengan usia *menarche* remaja. Terdapat 2 jurnal menyebutkan bahwa mengkonsumsi *junk food* dapat mempengaruhi

kejadian *menarche* dini pada remaja putri dan dalam kajian studi literatur pada 15 jurnal didapatkan sebanyak 9 jurnal yang menyatakan bahwa lebih dari 50% responden mengalami *menarche* dini.

5.2 Saran

a. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan bagi tenaga kesehatan dapat memberikan upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran bagi remaja putri dengan melakukan kegiatan seperti penyuluhan mengenai dampak *menarche* dini pada remaja putri, pentingnya mengatur pola makan dengan gizi yang seimbang, memanfaatkan internet untuk hal-hal yang positif, dan mengurangi konsumsi makanan siap saji.

b. Bagi Masyarakat

Diharapkan bagi masyarakat khususnya orang tua yang memiliki anak perempuan harus lebih memperhatikan tumbuh kembang anak, termasuk perkembangan seksual anak, agar anak siap dalam menghadapi datangnya *menarche*. Orang tua juga harus paham mengenai pemberian makan dengan gizi seimbang dan mengurangi makanan siap saji serta orang tua harus mengawasi akses anak-anak mereka ke media cetak/elektronik dan pergaulan dengan lawan jenis. Hal ini dapat mempercepat usia *menarche* dan memungkinkan anak mengalami *menarche* dini.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya mampu melaksanakan penelitian lebih lanjut mengenai faktor yang mempengaruhi kejadian *menarche* dini pada remaja putri dengan menggunakan data primer sehingga dapat memaparkan fakta yang terjadi tentang faktor apa saja yang dapat menyebabkan penurunan usia *menarche* yang bergeser ke usia yang lebih muda pada remaja putri.