

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

1. Status nutrisi pada siswi kelas V di SDN Sukun 2 Malang terbanyak adalah status nutrisi buruk sebanyak 5 responden (72%).
2. Informasi media massa pada siswi kelas V di SDN Sukun 2 Malang terbanyak adalah kategori kurang sebanyak 6 responden (86%).
3. Gaya hidup (aktifitas fisik) pada siswi kelas V di SDN Sukun 2 Malang terbanyak adalah kurang aktif sebanyak 7 responden (100%).
4. Faktor – faktor status nutrisi, informasi media massa remaja, dan gaya hidup (aktivitas fisik) tidak mempengaruhi usia menarche

5.2 Saran

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

1. Bagi Institusi Prodi Keperawatan

Perlu ditingkatkan peran serta civitas akademika dalam promosi kesehatan masyarakat untuk meningkatkan kesadaran masyarakat khususnya remaja dalam pentingnya pendidikan kesehatan reproduksi agar kedepandapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku kesehatan reproduksi remaja.

2. Bagi Siswa

Perlu ditingkatkan kesadaran pada siswi agar mengerti tentang kesehatan reproduksi, utamanya mengenai menstruasi dan perlunya meningkatkan pengetahuan tentang hal – hal apa saja yang membuat menstruasi itu terjadi.

3. Bagi Sekolah

Perlu diefektifkan dalam bimbingan konseling untuk para siswi dapat mengerti tentang pentingnya pendidikan kesehatan reproduksi dan pendidikan mengenai menstruasi. Untuk lebih meningkatkan kesiapan dalam menghadapi menstruasi pada masing masing siswi

DAFTAR PUSTAKA

- Adisapoetra. 2005. Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Status Kegemukan pada Kohort Anak Tahun 2011 di Kota Bogor. Tesis Fakultas Masyarakat. UI
- Afrian, Yanti S. 2012. "Hubungan Berat Badan, Persen Lemak Tubuh, Status Gizi (IMT)/U, Umur Menarche Ibu dengan Umur Menarche pada Siswi di SDN Cikaret 01 Cibinong Kabupaten Bogor".
- Alatas. 2009. Status Gizi Anak Usia Sekolah (7-12 Tahun) dan Hubungannya dengan Tingkat Asupan Kalsium Harian di Yayasan Kampungkids Pejaten Jakarta Selatan
- Angel dkk, *Perilaku Konsumen*, Jilid 1, (Jakarta: Binarupa Aksara, 1994), Hlm. 385
- Ariani, A.P. (2014). Aplikasi Metodologi Penelitian Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi. Yogyakarta: Nuha Medika
- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan*. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Aryani WD, Oginawati K, Santoso M. Penentuan Total Asupan Harian Unsur Gizi Mikro dalam Makanan Anak-Anak Sekolah Dasar di Bandung dengan Menggunakan Metode Spektrofotometri Serapan Atom (2005)
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Booth, Michael L, & Okely, Anthony D. 2006. APARQ (Adolscent Physical Activity Recall Questionare. University Sydney : NSW.
- Fajriyanti, L.A. 2008. *Hubungan Antara Status Gizi, Kontak Media Pornografi dengan Menarche Dini pada Pelajar Madrasah Ibtidaiyah Negeri Nanggung Kecamatan Prambon Kabupaten Nganjuk*. Skripsi. Surabaya, Universitas Airlangga. Surabaya.
- Fidrin (2014) *Faktor yang Berhubungan dengan Usia Menarche pada Siswi SMPN 3 Sumbul*
- Gunarsa, S. 2003. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Rajawali
- Gunarsa, S. 2006. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Rajawali
- Hidayat. A.A.A. 2007. Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data. Jakarta: Salemba Medika

- Lestari, S. 2011. Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche dengan Tingkat Keemasan Menghadapi Menarche pada Santriwati Kelas VII MTS di Pondok Pesantren Al Mukmin Sukoharjo. Karya Tulis Ilmiah, Universitas Respati Yogyakarta
- Linder. Nutritional Biochemistry and Metabolism : Nutrition and Metabolism of The Trace Elements. New York : Elseint; 2006. P.160
- Monks, J. F, dkk. 2002. *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Ugm Press.
- Nelson, W.E., Behrman, R.E., Kliegman, M.D., dkk. Ilmu Kesehatan Anak Nelson Edisi 15 Vol. 1. Jakarta: EGC; 2000 72-75
- Notoatmodjo, S. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmojo, S. 2005. Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta. Penerbit PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Nursalam. 2000. *Konsep dan Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrument Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. 2000. *Konsep dan Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman*
- Prawirohardjo, S. 2006. Ilmu Kebidanan. YBPSP. Jakarta
- Prawirohardjo, S. 2010. Ilmu Kebidanan. YBPSP. Jakarta.
- Proverawati, Atikah dan Siti Asfuah. (2010). *Gizi untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Proverawati, Atikah dan Siti Maisaroh. (2009). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Pulungan PW. Gambaran Usia *Menarche* pada Remaja Putri di SMP Shafiyatul Amaliyyah dan SMP Nurul Hasanah Kota Medan Tahun 2009. Medan: Universitas Sumatera Utara; 2009.
- Sandra D. Ismail *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Terjadinya Menarche Dini pada Remaja Putri di SDN 1 Pulubala*, 2015
- Santrock WJ 2008. Adolescence “Perkembangan Remaja”. Jakarta: Erlangga
- Santrock, J. W. 2007. *Adolescence ”Perkembangan Remaja”*. Jakarta: Erlangga
- Santrock, John. 2007. *Remaja*. Edisi Ke Sebelas Jilid Pertama Jakarta : Erlangga

- Siswianti (2012) Hubungan Berat Badan, Persen Lemak Tubuh, Status Gizi (IMT/U, Umur Menarche Ibu dengan Umur Menarche pada Siswi di SDN Cikaret 01 Cibinong Kabupaten Bogor *Skripsi, Tesis Dan Instrument Penelitian Keperawatan*. Jakarta:Salemba Medika.
- Soekirman. Ilmu Gizi dan Aplikasinya : Untuk Keluarga dan Masyarakat. Jakarta : Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional. 2000; P66-73, 82 93
- Soetjiningsih. 2004. Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. Kajarata : CV.Sagung Seto
- Soetjiningsih. 2007. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.
- Somantri, 2006. Aplikasi Statistika dalam Penelitian,. Penerbit Pustaka Setia, Bandung
- Sukmadinata, 2006. Metode Penelitian Pendidikan, Remaja Rosdakarya, Bandung
- Tarwoto, et al. 2012 *Kesehatan Remaja: Problem dan Solusinya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Widyastuti, Yani, dkk. 2009.Kesehatan Reproduksi. Yogyakarta: Fitramaya
- Wiknjosastro H, Saifuddin, Abdul B, Rachmhadhi, Trijatmo 2009, Editors. Ilmu Kandungan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Wiknjosastro, Hanifa, 2007. *Ilmu Kandungan*. Edisi Kedua Cetakan Kelima. Jakarta :Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiro.
- Wiknjosastro, Hanifa, Abdul Bari Saifuddin, Dan Trijatmo Rachimhadhi, Ed 2005. *Ilmu Kandungan*. Edisi II. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Wiknjosastro, Hanifa. 2005. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.