

BAB 7 PENUTUP

7.1 Kesimpulan

1. Tidak ada hubungan yang bermakna ($p = 0.962$, $p > 0.05$) antara asupan lemak dengan kejadian *menarche* pada remaja putri di 4 Kecamatan Kabupaten Malang.
2. Rata-rata asupan lemak pada remaja putri adalah adalah 60.39 ± 3.15 g/hari. Rata-rata asupan lemak pada yang sudah *menarche* yaitu 58.17 ± 2.38 g/hari dan rata-rata asupan lemak pada belum *menarche* yaitu 62.39 ± 3.7 g/hari. Asupan lemak kurang sebanyak 7 responden (35%) sudah *menarche* dan 13 responden (65%) belum *menarche*. Asupan lemak cukup sebanyak 25 responden (55.6%) sudah *menarche* dan 20 responden (44.4%) belum *menarche* sedangkan asupan lemak tinggi sebanyak 15 responden (44.1%) sudah *menarche* dan 19 responden (55.9%) belum *menarche*.
3. Kejadian *menarche* pada remaja putri adalah terdapat 47 responden (47,5%) sudah *menarche* dan 52 responden (52,5%) belum *menarche*.

7.2 Saran

1. Perlu penelitian lebih lanjut terutama untuk jenis lemak yang dikonsumsi untuk mengetahui jenis lemak yang paling berperan dalam mempengaruhi kejadian *menarche* pada remaja putri.
2. Perlu penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor penyebab *menarche* yang lain, sehingga akhirnya dapat diketahui faktor apa saja yang paling berperan dalam mempengaruhi kejadian *menarche* pada remaja.

