

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. BMI pada remaja putri yang sudah *menarche* lebih besar dibandingkan dengan BMI pada remaja putri yang belum *menarche*.
2. Nilai *cut-off point* BMI yang dapat menjadi penanda remaja putri yang sudah *menarche* adalah sebesar 19,5 kg/m².

5.2 Saran

1. Dilakukan penelitian dengan menggunakan metode pengukuran lemak tubuh yang lebih akurat, seperti *underwater weighing*, *Dual-energy X-ray Adsorbtiometry* (DEXA) dan *bod pod* untuk memperjelas jumlah lemak tubuh yang diperlukan untuk timbulnya *menarche*.
2. Dilakukan penelitian terhadap faktor-faktor lain yang juga mempengaruhi onset *menarche* pada remaja putri.