

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1. Kesimpulan

7.1.1. Tidak terdapat perbedaan yang bermakna kadar hormon estrogen pada mahasiswi status gizi obesitas dan status gizi normal

7.1.2. Terdapat perbedaan yang bermakna siklus menstruasi pada mahasiswi status gizi obesitas dan status gizi normal.

7.2. Saran

7.2.1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai variabel lain yang berhubungan dengan siklus menstruasi yang tidak diteliti pada penelitian ini diantaranya (Persentase lemak tubuh, kadar SHBG, aktivitas fisik, dan stress) dan memerhatikan waktu pengambilan darah untuk diperiksa kadarnya.

7.2.2. Bagi Responden

Diharapkan responden pada masa prakonsepsi dapat melakukan pola hidup sehat, seperti: mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang dan olahraga yang teratur agar bisa mencapai status gizi yang normal sehingga dapat memperoleh sistem reproduksi yang sehat.