

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Kadar hs-CRP lebih tinggi pada remaja dengan obesitas dibandingkan IMT normal.
2. Kadar hs-CRP lebih tinggi pada derajat PMS sedang dibandingkan PMS ringan.
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan derajat pramenstrual syndrome.

7.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disarankan :

1. Perlu adanya pemeriksaan untuk melihat kadar hs-CRP yang dapat digunakan sebagai parameter untuk membantu diagnostik pramenstrual syndrome.
2. Perlu adanya diet dengan memperhatikan konsumsi lemak dan kalori pada penderita obesitas.
3. Perlu adanya program penurunan berat badan pada penderita obesitas dan mengontrol berat badan dan menjaganya dalam kondisi ideal, sehingga dapat mengurangi peningkatan keluhan pada pramenstrual syndrome.