

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

1. Terdapat pengaruh pemberian *zinc* terhadap kadar prostaglandin (PGF<sub>2α</sub>) pada penderita dismenorea
2. Terdapat pengaruh pemberian *zinc* terhadap kadar TNFα pada penderita dismenorea

#### B. Saran

1. Disarankan kepada wanita yang mengalami riwayat nyeri haid primer atau nyeri haid yang berlebihan untuk mengkonsumsi *zinc* sebagai alternatif mengurangi rasa nyeri menjelang atau saat haid.
2. Disarankan kepada tenaga kesehatan untuk dapat memberikan *zinc* kepada penderita dismenorea sebagai alternatif selain obat anti nyeri.

