

BAB 7

PENUTUP

1.1 Kesimpulan

- a. Sebagian besar responden berada pada rentang usia 16-18 tahun, sebagian besar lama menarche > 3 tahun, sebagian besar responden mengalami kekurangan vitamin D, sebagian kecil responden mengalami obesitas, sebagian besar responden mengalami hiperandrogen klinis, dan sebagian kecil responden mengalami *acanthosis nigricans*.
- b. Terdapat hubungan *PCOS* pada remaja disertai hiperandrogen klinis dengan kadar vitamin D di SMA Kecamatan Koto Tengah Padang tahun 2022.
- c. Terdapat hubungan *PCOS* pada remaja disertai Obesitas dengan kadar vitamin D di SMA Kecamatan Koto Tengah Padang tahun 2022.
- d. Tidak terdapat hubungan *PCOS* pada remaja disertai Acantosis nigrican dengan kadar vitamin D di SMA Kecamatan Koto Tengah Padang tahun 2022.
- e. Tidak terdapat hubungan *PCOS* pada remaja disertai hiperandrogen klinis, obesitas, dan acantosis nigrican dengan kadar vitamin D di SMA Kecamatan Koto Tengah Padang tahun 2022.

1.2 Saran

- a. Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu jumlah responden penelitian masih kurang dapat membuktikan hubungan vitamin D dengan *PCOS* remaja sebagaimana yang telah dijelaskan dalam berbagai literatur dan beberapa responden tidak mengisi kuesioner dengan jujur. Oleh karena itu disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat memperbanyak jumlah responden

penelitian. Di samping itu peneliti selanjutnya perlu menyusun suatu strategi agar responden penelitian dapat mengisi kuesioner dengan sebenarnya.

- b. Pemeriksaan kadar Vitamin D dapat disarankan kepada dokter sebagai skrining dalam memprediksi kejadian gangguan siklus menstruasi pada remaja terkait *PCOS*, sehingga pencegahan kasus *PCOS* dapat dilakukan lebih dini, namun hal itu tidak dapat membuktikan adanya hubungan dengan manifestasi klinis *PCOS* lainnya.
- c. Meningkatkan upaya pencegahan diantaranya dengan melakukan olahraga senam dan lari di bawah sinar matahari waktu pagi hari sebanyak empat kali dalam seminggu dengan durasi 30-45 menit dan mengonsumsi makanan dan minuman yang mengandung vitamin D seperti kuning telur, jamur, sarden, keju, susu kedelai, susu sapi, dan jus jeruk, dan bisa ditambah dengan pemberian suplementasi vitamin D sehingga kebutuhan vitamin D pada remaja 800 IU perhari bisa terpenuhi.
- d. Diharapkan terdapat penelitian lanjutan terhadap kadar vitamin D dan reseptor Vitamin D (VDR) yang dapat membuktikan teori keterkaitan penurunan aktivitas reseptor vitamin D terhadap gangguan siklus menstruasi pada remaja terkait *PCOS*, sehingga pemeriksaan kadar vitamin D ini dapat menjadi pemeriksaan yang standar dilakukan dalam memprediksi risiko untuk terjadinya *PCOS* pada pasien remaja.
- e. Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan pemeriksaan biokimia retensi insulin untuk melihat *acanthosis nigricans*.