

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, analisa, dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Tidak terdapat hubungan antara asupan Vitamin B1 dan B6 dengan kejadian sindrom pramenstruasi dari segi frekuensinya, pada siswi SMA Brawijaya Smart School Malang
2. Terdapat hubungan antara asupan Vitamin B1 dan B6 dengan kejadian sindrom pramenstruasi dari segi tingkat keparahannya pada siswi SMA Brawijaya Smart School Malang
3. Faktor yang paling berpengaruh dengan tingkat keparahan sindrom pramenstruasi adalah asupan vitamin B1
4. Asupan Vitamin B1 siswi SMA Brawijaya Smart School Malang hanya 11% saja yang normal, dan sisanya yaitu 84% tergolong kurang, dan 5% tergolong lebih
5. Asupan Vitamin B6 siswi SMA Brawijaya Smart School Malang sebanyak 25% tergolong normal, 43% tergolong kurang, dan 32% tergolong lebih
6. Kejadian sindrom pramenstruasi pada siswi SMA Brawijaya Smart School tergolong dalam frekuensi sedang yaitu 66% dengan tingkat keparahan rendah yaitu 54%.

7.2 Saran

1. Perlu diadakan penelitian lainnya terkait faktor-faktor lain seperti gaya hidup, aktivitas fisik, dll yang diduga berhubungan dengan peningkatan kejadian sindrom pramenstruasi
2. Pengukuran tinggi badan, berat badan, dan status gizi perlu dilakukan oleh pengukur yang sudah terstandarisasi (pengukur yang sudah mendapatkan pelatihan sebelumnya) agar didapatkan hasil pengukuran yang akurat dan presisi.
3. Sebaiknya untuk pengukuran antropometri disediakan tempat yang tertutup demi menjaga kenyamanan serta privasi responden.