

**BAB IV
PENUTUP**

BAB IV

PENUTUP

4.1 Kesimpulan

Terdapat perubahan manifestasi klinis dan penanda inflamasi pada wanita dengan PCOS setelah melakukan diet rendah indeks glikemik, seperti :

1. Penurunan indeks massa tubuh pada wanita PCOS mulai terjadi pada minggu ke-12 s.d. 27 setelah melakukan diet rendah indeks glikemik
2. Menstruasi pada wanita PCOS mulai terjadi pada minggu ke-12 s.d. 24 setelah melakukan diet rendah indeks glikemik
3. Kehamilan pada wanita PCOS mulai terjadi pada minggu ke-8 s.d. 32 setelah melakukan diet rendah indeks glikemik
4. Penurunan kadar CRP, IL-6, dan TNF- α pada wanita PCOS mulai terjadi pada minggu ke-10 s.d. 12 setelah melakukan diet rendah indeks glikemik

Dari hasil penelitian, penurunan kadar penanda inflamasi lebih cepat terlihat perubahannya yaitu pada minggu ke-10 s.d. 12. Sedangkan menstruasi dan kehamilan keberhasilannya dapat terlihat lebih lama daripada perubahan pada penanda inflamasi karena bersamaan dengan menurunnya BMI. Belum ada jurnal yang mengatakan bahwa diet rendah glikemik dapat menggantikan peran obat sepenuhnya untuk mengobati PCOS. Sejauh ini diet rendah glikemik dapat membantu meringankan dan mengurangi manifestasi klinis dan penanda inflamasi pada wanita PCOS.

4.2 Kritik dan Saran

Pada penelitian ini jurnal yang diperoleh dan berkaitan dengan judul terlalu sedikit jumlahnya dikarenakan *search engine* yang digunakan terbilang kurang luas

dan hanya mengambil jurnal dengan *free full text*. Oleh karena itu, untuk penelitian berikutnya disarankan menggunakan *search engine* dengan jurnal yang berbayar. Diet rendah indeks glikemik pada wanita dengan PCOS dapat dikampanyekan kepada masyarakat karena terapi ini dapat mengubah manifestasi klinis dan penanda inflamasi pada PCOS.

