

## BAB V

### PENUTUP

#### V.1 Kesimpulan

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Insidens (*cumulative incidence*) prediabetes di Kota Bogor pada Studi Kohor Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular (FRPTM) Bogor tahun 2011—2021 adalah sebesar 50,3%. Sedangkan, *incidence rate* nya adalah 5,73 per 1000 orang-bulan.
- b. Faktor risiko prediabetes yang tidak dapat dimodifikasi dalam penelitian ini adalah usia (RR: 1,325; 95% CI 1,192 – 1,474) dan jenis kelamin (RR: 1,323; 95% CI 1,183 – 1,478). Sedangkan faktor risiko yang dapat dimodifikasi adalah Indeks Massa Tubuh (IMT) kelebihan berat badan ringan (RR: 1,174; 95% CI 1,012 – 1,364), Indeks Massa Tubuh (IMT) kelebihan berat badan berat (RR: 1,258; 95% CI 1,081 – 1,464), obesitas sentral (RR: 1,168; 95% CI 1,017 – 1,341), hipertensi (RR: 1,106; 95% CI 1,001 – 1,222), dan kadar kolesterol total (RR: 1,274; 95% CI 1,139 – 1,424).
- c. Faktor risiko paling dominan dalam kejadian prediabetes adalah usia dengan nilai *adjusted* RR sebesar 1,325 (95% CI: 1,192 – 1,474). Artinya, individu dengan usia dewasa pertengahan berisiko 1,325 kali untuk mengalami prediabetes dibandingkan dengan usia dewasa muda dan lanjut usia.
- d. Insidens prediabetes 20,5% disebabkan oleh IMT yang tidak normal dan sisanya disebabkan oleh *background risk*. Risiko prediabetes yang dapat dicegah adalah sebesar 20,5% dengan memiliki IMT yang normal. Insidens prediabetes 9,58% disebabkan oleh kadar kolesterol yang tinggi dan sisanya disebabkan oleh *background risk*. Risiko prediabetes yang dapat dicegah adalah sebesar 9,58% dengan memiliki kadar kolesterol yang normal. Insidens prediabetes 14,3% disebabkan oleh obesitas sentral dan sisanya disebabkan oleh *background risk*. Risiko prediabetes yang dapat

- e. dicegah adalah sebesar 14,3% dengan tidak mengalami obesitas sentral. Insidens prediabetes 21,5% disebabkan oleh hipertensi dan sisanya disebabkan oleh *background risk*. Risiko prediabetes yang dapat dicegah adalah sebesar 21,5% dengan tidak mengalami hipertensi.

## V.2 Saran

- a. Kementerian Kesehatan

Tingginya angka insiden prediabetes dapat menjadi sebuah landasan untuk mengembangkan program dalam penurunan kadar gula darah mengingat prediabetes adalah *golden period* yang memiliki kemungkinan untuk kembali kepada kadar gula darah yang normal. Selain itu, pengoptimalan pemberdayaan masyarakat dalam melakukan cek kesehatan atau skrining secara rutin melalui posbindu PTM juga dapat dilakukan untuk mengendalikan faktor risiko prediabetes.

- b. Bagi Masyarakat Kota Bogor

Dengan dilakukannya penelitian ini, diharapkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kadar gula darah normal semakin meningkat dengan mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang, memperbaiki pola makan, serta melakukan aktivitas fisik yang cukup, terutama pada usia dewasa muda dan dewasa pertengahan guna mencegah terjadi diabetes melitus tipe 2 dikemudian hari.

- c. Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menambahkan variabel tambahan seperti pola makan agar lebih jelas hubungan antara pola makan dengan kejadian prediabetes.