

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa:

- a. Karakteristik pasien DM tipe 2 dalam penelitian ini adalah sebagian besar pasien memiliki usia yang didominasi oleh kelompok dengan rentang usia 45-54 tahun, jenis kelamin perempuan, memiliki IMT dengan kategori obesitas 1, memiliki persentase lemak tubuh total dengan kategori tinggi, dan memiliki kadar lemak visceral dengan kategori tinggi.
- b. Terdapat hubungan yang bermakna antara kadar lemak visceral dengan kejadian DM tipe 2.

#### **V.2 Saran**

- a. Bagi Masyarakat
  - 1) Dapat meningkatkan pengetahuan mengenai faktor risiko terjadinya DM tipe 2.
  - 2) Dapat menjaga berat badan sehat dengan pola makan yang sehat dan rutin berolahraga untuk mencegah terjadinya obesitas dan DM tipe 2.
- b. Bagi Puskesmas
  - 1) Dapat merencanakan bentuk tindakan yang harus dilakukan berhubungan dengan pencegahan atau pengendalian faktor risiko dari DM tipe 2.
  - 2) Dapat melakukan skrining pengukuran distribusi lemak tubuh secara berkala khususnya pada usia lanjut guna mencegah terjadinya DM tipe 2.
- c. Bagi Fakultas Kedokteran UPN "Veteran" Jakarta
  - 1) Menambah kompetensi dalam hal mengedukasi masyarakat tentang faktor risiko terjadinya DM tipe 2.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

- 1) Penelitian ini dapat dikembangkan menjadi penelitian lanjutan dengan menggunakan metode lain seperti *case control* ataupun *cohort* sehingga peneliti bisa meneliti secara langsung faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian DM tipe 2.
- 2) Penelitian lanjutan diharapkan dapat menggunakan alat DXA agar hasil pengukuran distribusi lemak tubuh lebih spesifik dan akurat.
- 3) Penelitian lanjutan diharapkan dapat meneliti faktor lain, seperti aktivitas fisik, asupan makanan, massa otot, dan lemak subkutan.

