BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Hasil penelitian didasarkan pada data dan analisis tentang bagaimana faktor – faktor yang berhubungan dengan kejadian DM Tipe 2 di Puskesmas Sindangbarang Kota bogor, dapat disimpulkan bahwa :

1) Pada penelitian ini, sebagian besar responden berusia < 45 tahun (70%), memiliki pola makan tidak baik (55%), mengalami obesitas (52,5%), dan melakukan aktivitas fisik dengan intensitas sedang (57,5%).
2) Terdapat hubungan yang signifikan antara usia, pola makan, dan obesitas. Nilai *p-value* untuk faktor usia 0,014 (<0,05), untuk faktor pola makan adalah 0,000 (<0,05), dan untuk faktor obesitas adalah 0,037 (<0,05). Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara ketiga faktor tersebut.
3) Terdapat tidak adanya hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik, dengan nilai *p-value* 0,993 > 0,005.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Peneliti

Peneliti dapat memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan jumlah responden yang lebih besar atau melakukan analisis yang lebih mendalam terhadap faktor-faktor yang terkait dengan kejadian DM Tipe 2.

5.2.2 Bagi Universitas

Bagi universitas khusunya fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional diharapkan dapat mendorong penelitian lebih lanjut di bidang kesehatan masyarakat, khususnya terkait penyakit degenerative seperti Diabates Melitus, serta menyediakan fasilitas dan dukungan yang lebih untuk penelitian yang dapat memberikan dampak langsung pada masyarakat..

5.2.3 Bagi Masyarakat

Masyarakat diharapkan dapat menjaga pola makan dengan seimbang dan bergizi, agar mendukung kesehatan tubuh secara keseluruhan.

5.2.4 Bagi Puskesmas

Kepada pihak Puskesmas Sindangbarang Kota Bogor disarankan meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait faktor – faktor apa saja yang dapat meningkatkan resiko terjadinya Diabates Melitus..

5.2.5 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan untuk lebih memperluas cakupan variabel yang diteliti, dengan mencangkup faktor – faktor yang beragam dan dapat berkontribusi secara signifikan terhadap perkembangan penyakit Diabetes Melitus Tipe 2.