

BAB 6

Kesimpulan dan Saran

6.1 KESIMPULAN

Persentase kelebihan berat badan pada mahasiswa obesitas di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara yaitu sejumlah 5 orang mahasiswa mengalami kelebihan berat badan tingkat ringan sementara 19 orang mahasiswa lainnya mengalami kelebihan berat badan tingkat berat. Dari penelitian yang dilakukan didapatkan 19 orang mahasiswa tergolong normal ($HbA1C < 5.4\%$) sementara 5 orang mahasiswa tergolong pre diabetes ($HbA1C 5.5\% - 6.4\%$). Gambaran kadar $HbA1C$ menunjukkan adanya peningkatan seiring dengan bertambahnya IMT.

6.2 SARAN

Mengingat obesitas adalah faktor risiko yang dapat diubah, saran yang dapat diberikan sehubungan dengan meningkatnya risiko DM pada penderita obesitas yaitu agar pengidap obesitas dapat menurunkan berat badan dan menjaga kesehatan badan secara optimal dengan pola hidup sehat. Sehingga diharapkan di kemudian hari dapat mencegah kejadian diabetes melitus dan peningkatan derajat kesehatan dapat tercapai.