

Bab VII. Kesimpulan dan Saran

VII.1 Kesimpulan

1. Terdapat hubungan yang tidak signifikan antara Indeks Massa Tubuh dengan prediabetes pada mahasiswi Universitas Bhakti Kencana Bandung.
2. Prevalensi prediabetes pada mahasiswi Universitas Bhakti Kencana Bandung adalah 8,1% yang terdiri dari mahasiswi obes 5,4% dan non obes 2,7%. Subjek obes mempunyai kemungkinan untuk prediabetes 2,533 kali lebih besar dibandingkan dengan non obes.

VII.2 Saran

1. Pada mahasiswi obes diharapkan untuk melakukan pengendalian pola hidup yang sehat seperti penurunan berat badan dengan melakukan diet dan olahraga untuk menurunkan nilai kadar gula darah guna mencegah terjadinya penyakit diabetes mellitus.
2. Pada mahasiswi yang sudah mengalami prediabetes disarankan untuk melakukan pemeriksaan nilai kadar HbA1c secara berkala untuk memantau perkembangan penyakit.
3. Pada penelitian selanjutnya disarankan untuk menambah jumlah sampel dengan jenis indeks massa tubuh sampel yang lebih beragam untuk melihat hubungan antara indeks massa tubuh dengan prediabetes yang lebih baik.