

## BAB VII PENUTUP

### 7.1. Simpulan

1. Kejadian sindrom metabolik pada wanita dewasa di penelitian ini cukup tinggi yaitu 24%
2. Rerata kadar adiponektin responden ditemukan lebih rendah pada kelompok sindrom metabolik
3. Rerata kadar irisin responden ditemukan lebih tinggi pada kelompok sindrom metabolik
4. Rerata rasio massa otot terhadap massa lemak responden ditemukan lebih rendah pada kelompok sindrom metabolik
5. Sensitivitas dan spesifisitas adiponektin dalam memprediksi sindrom metabolik sedang dengan cut off 4,3  $\mu\text{g/ml}$ .
6. Sensitivitas dan spesifisitas irisin dalam memprediksi sindrom metabolik rendah dengan cut off 17  $\mu\text{g/ml}$ .
7. Sensitivitas dan spesifisitas rasio massa otot terhadap massa lemak dan memprediksi sindrom metabolik sedang dengan cut off 1,4
8. Indikator yang paling sensitif dan spesifik dalam memprediksi sindrom metabolik yaitu rasio massa otot terhadap massa lemak.

### 7.2. Saran

1. Rasio massa otot terhadap massa lemak dapat digunakan sebagai prediktor sindrom metabolik karena cukup sensitif, murah dan tidak invasif.
2. Agar dapat digunakan sebagai alat skrining terlebih dahulu dilanjutkan dengan uji coba dalam kelompok populasi yang lebih besar sebelum uji implementasi.
3. Perlu dilakukan penelitian lanjutan pada kelompok yang berbeda untuk menilai sensitifitas dan spesifisitas irisin dalam memprediksi sindrom metabolik.