

## **BAB 7**

### **PENUTUP**

#### **7.1 Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai “Perbedaan Tekanan Darah dan Lingkar Perut pada Perempuan Dewasa dengan Status Gizi Normal, *Normal Weight Obesity*, dan Obesitas di Kota Padang” dapat disimpulkan:

1. Responden mayoritas mengalami obesitas, berusia 41-45 tahun, sudah menikah, lulus SMA/ sederajat, dan tidak bekerja.
2. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa rerata IMT dan BFP responden berada di atas batas normal, lingkar perut melebihi batas normal (obesitas sentral), serta rerata tekanan darah sistolik dan diastolik mengindikasikan adanya peningkatan tekanan darah.
3. Tidak terdapat perbedaan signifikan tekanan darah pada perempuan dewasa dengan status gizi normal, NWO, dan obesitas.
4. Terdapat perbedaan signifikan lingkar perut antara perempuan dewasa obesitas dengan status gizi normal dan NWO, sedangkan lingkar perut antara perempuan dewasa status gizi normal dengan NWO tidak terdapat perbedaan signifikan.

#### **7.2 Saran**

1. Penelitian ini meneliti responden perempuan berusia 30-45 tahun. Penelitian selanjutnya lebih baik difokuskan pada perempuan dewasa dengan rentang usia yang lebih sempit, sehingga perbedaan yang diuji lebih mungkin disebabkan oleh perbedaan status gizi, bukan faktor eksternal seperti usia.
2. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain yang lebih komprehensif dengan mempertimbangkan faktor gaya hidup, indikator metabolik serta hormonal untuk memahami perbedaan tekanan darah dan lingkar perut antara status gizi normal, *normal weight obesity*, dan obesitas secara lebih mendalam.