

BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

1. Prevalensi prediabetes pada kelompok usia 15-26 tahun di Indonesia tahun 2023 sebesar 27,7%.
2. Distribusi responden mendapati proporsi laki-laki dan perempuan yang relatif seimbang. Mayoritas responden tidak mengalami obesitas maupun obesitas sentral, memiliki aktivitas fisik yang cukup, serta bukan perokok. Hampir seluruh responden sering mengonsumsi makanan manis, minuman manis, makanan berlemak, bumbu penyedap, makanan asin, dan makanan instan. Sebagian responden sering mengonsumsi makanan yang dibakar dan daging olahan berpengawet, sedangkan mayoritas responden jarang mengonsumsi minuman bersoda dan minuman berenergi. Sebagian kecil responden mengalami stres, depresi, gangguan tidur, dan memiliki riwayat hipertensi.
3. Berdasarkan analisis bivariat, terdapat hubungan signifikan antara obesitas dan kebiasaan merokok dengan kejadian prediabetes pada kelompok usia 15-26 tahun di Indonesia. Namun, tidak terdapat hubungan signifikan antara jenis kelamin, obesitas sentral, hipertensi, konsumsi makanan dan minuman berisiko, aktivitas fisik, gangguan tidur, stres, dan depresi dengan kejadian prediabetes.
4. Berdasarkan analisis multivariat, tidak ditemukan variabel confounder maupun kovariat yang memengaruhi hubungan antarvariabel dalam model akhir. Berdasarkan model akhir tersebut, diperoleh bahwa obesitas dan kebiasaan

merokok merupakan variabel independen yang berhubungan dengan kejadian prediabetes pada kelompok usia 15-26 tahun di Indonesia. Obesitas merupakan faktor yang paling dominan, sementara kebiasaan merokok bersifat protektif terhadap kejadian prediabetes. Namun, temuan faktor protektif tersebut perlu dipahami secara hati-hati sebab masih memungkinkan adanya faktor lain di luar penelitian yang tidak diukur.

6.2 Saran

1. Kepada Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, diharapkan dapat mengoptimalkan upaya promotif dan preventif untuk mencegah meluasnya kejadian prediabetes pada kelompok usia muda. Upaya tersebut dapat berupa edukasi serta skrining rutin dan terpadu pada kelompok rentan seperti individu dengan obesitas, di kawasan publik yang banyak dikunjungi kalangan usia muda, sehingga cakupan skrining yang luas dapat terdeteksi lebih dini dan perkembangan menjadi diabetes melitus dapat dicegah.
2. Untuk peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan untuk mengukur durasi merokok, intensitas merokok, hingga frekuensi paparan asap rokok pada bukan perokok untuk dapat diketahui karakter serta keterkaitannya dengan sifat protektif yang didapat pada penelitian ini. Peneliti dapat melakukan stratifikasi berdasarkan jenis kelamin sejak awal analisis, mengingat penelitian ini menemukan ketidakseimbangan distribusi perokok antara laki-laki dan perempuan yang berpotensi menggeser hasil asosiasi. Selain itu, penggunaan data primer lebih disarankan sehingga variabel potensial yang tidak terukur pada data set SKI 2023 dapat diuji lebih lanjut.