

## BAB 7 PENUTUP

### 7.1 Kesimpulan

1. Sebagian besar sopir taksi di Kota Padang berisiko tinggi untuk mengalami *Obstructive Sleep Apnea*
2. Karakteristik dari sopir taksi di Kota Padang yang berisiko *Obstructive Sleep Apnea* adalah memiliki indeks massa tubuh rata-rata di atas normal, memiliki lingkar leher rata-rata di atas normal, merupakan perokok, kurang melakukan olahraga, dan bekerja melebihi jam kerja normal yaitu 40 jam perminggu.
3. Indeks massa tubuh dan status merokok terbukti memiliki hubungan yang signifikan dengan risiko kejadian *Obstructive Sleep Apnea*.
4. Terdapat dua faktor independen terhadap risiko *Obstructive Sleep Apnea* yaitu indeks massa tubuh dan olahraga.

### 7.2 Saran

1. Pengontrolan berat badan dan meningkatkan aktivitas fisik berupa olahraga perlu untuk pencegahan serta penurunan progresivitas OSA.
2. Penelitian selanjutnya diharapkan bisa mencakup seluruh pengemudi komersil di Kota Padang dengan identifikasi OSA yang lebih objektif yaitu dengan polisomnografi.

