

BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Adapun kesimpulan dari meta-analisis faktor risiko penyakit stroke di Asia adalah :

1. Diperoleh 16 artikel penelitian yang masuk ke dalam meta-analisis faktor risiko stroke di Asia yang terdiri dari 5 penelitian kohor dan 11 penelitian *case-control*.
2. Orang perokok berisiko sebesar 2,04 untuk terkena penyakit stroke di Asia.
3. Orang dengan hipertensi berisiko 5,9 kali untuk terkena penyakit stroke di Asia.
4. Orang dengan diabetes mellitus berisiko sebesar 2,86 kali untuk terkena penyakit stroke di Asia.
5. Orang dengan obesitas berisiko 1,68 kali untuk terkena stroke di Asia.
6. Orang yang kurang aktivitas fisik berisiko sebesar 7,44 kali untuk terkena stroke di Asia.
7. Tidak adanya pengaruh bias publikasi pada hubungan merokok dengan penyakit stroke di Asia yang dibuktikan dengan *funnel plot* yang simetris, nilai *intercept* Egger's test sama dengan nol dan tidak ditemukannya artikel *missing* berdasarkan teknik *trim and fill*.
8. Adanya pengaruh bias publikasi pada hubungan hipertensi dengan penyakit stroke di Asia yang dibuktikan dengan *funnel plot* yang asimetris, nilai *intercept* Egger's test besar dari nol dan ditemukannya artikel relevan yang diestimasi *missing* sebanyak 5 artikel penelitian berdasarkan teknik *trim and fill*.
9. Adanya pengaruh bias publikasi pada hubungan diabetes mellitus dengan penyakit stroke di Asia yang dibuktikan dengan *funnel plot* yang asimetris, nilai *intercept* Egger's test besar dari nol dan ditemukannya artikel relevan yang diestimasi *missing* sebanyak 2 artikel penelitian berdasarkan teknik *trim and fill*.
10. Adanya pengaruh bias publikasi pada hubungan obesitas dengan penyakit stroke di Asia yang dibuktikan dengan *funnel plot* yang asimetris, nilai *intercept* Egger's test besar dari nol dan ditemukannya artikel relevan yang diestimasi *missing* sebanyak 3 artikel penelitian berdasarkan teknik *trim and fill*.

11. Uji bias publikasi pada hubungan kurang aktivitas fisik dengan penyakit stroke di Asia tidak bisa dilakukan karena sedikitnya artikel yang digabungkan dalam meta-analisis.

B. Saran

1. Berdasarkan hasil analisis, pemegang kebijakan bidang kesehatan untuk wilayah Asia perlu memperhatikan faktor risiko merokok, hipertensi, diabetes mellitus, obesitas dan kurangnya aktivitas fisik sebagai faktor risiko penyebab kejadian stroke di Asia. Salah satu caranya yaitu mengencarkan kegiatan pencegahan kejadian stroke pada orang-orang yang sudah memiliki faktor risiko stroke.
2. Untuk menurunkan risiko stroke akibat perilaku merokok bisa dilakukan dengan penambahan area bebas rokok di tempat-tempat umum agar orang yang tidak merokok tidak terpapar asap rokok, menyediakan pelayanan konseling kepada perokok untuk membantu mengurangi kebiasaan merokok.
3. Upaya untuk mengurangi risiko kejadian stroke pada orang hipertensi, salah satunya dengan memicu kedisiplinan untuk memeriksakan tekanan darah rutin ke pelayanan kesehatan serta mengencarkan pola hidup sehat untuk mencegah naiknya tekanan darah dari *stage 1* menjadi *stage* yang lebih tinggi.
4. Untuk mengurangi risiko kejadian stroke pada orang diabetes mellitus bisa dilakukan dengan meningkatkan pola hidup sehat dan mengontrol tekanan darah pada orang diabetes untuk menurunkan risiko stroke.
5. Untuk mengurangi risiko kejadian stroke akibat obesitas bisa dilakukan dengan mengencarkan kebiasaan hidup sehat, dengan konsumsi buah dan sayur dan gizi seimbang. Mempromosikan perilaku sadar obesitas dengan melakukan penimbangan berat badan secara berkala untuk mengontrol kemungkinan kejadian obesitas.
6. Untuk mengurangi risiko stroke akibat kurang aktivitas fisik bisa dilakukan dengan mengencarkan perilaku olahraga rutin baik dengan intensitas sedang maupun berat.
7. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menambah sumber *database* untuk memperbanyak identifikasi artikel serta memperkaya kata kunci dalam mengidentifikasi artikel yang relevan untuk mengurangi kemungkinan artikel relevan yang gagal ditemukan.