

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai Analisis faktor Risiko Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Pegawai Pemerintah di Kota Padang tahun 2021 dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Diketahui distribusi frekuensi usia pada pegawai pemerintah di Kota Padang, sebagian besar responden berusia ≥ 45 tahun.
2. Diketahui distribusi frekuensi keturunan Diabetes Melitus pada pegawai pemerintah di Kota Padang, hampir seluruh responden tidak memiliki keturunan Diabetes Melitus.
3. Diketahui distribusi frekuensi hipertensi pada pegawai pemerintah di Kota Padang, sebagian besar responden tidak mengalami hipertensi.
4. Diketahui distribusi frekuensi *Body Mass Index* (BMI) pada pegawai pemerintah di Kota Padang, sebagian besar responden memiliki *Body Mass Index* (BMI) normal.
5. Diketahui distribusi frekuensi aktivitas fisik pada pegawai pemerintah di Kota Padang, sebagian besar responden memiliki aktivitas fisik ringan.
6. Diketahui distribusi frekuensi pola makan pada pegawai pemerintah di Kota Padang, setengah dari responden memiliki pola makan yang baik.

7. Diketahui distribusi frekuensi tingkat stress kerja pada pegawai pemerintah di Kota Padang, sebagian besar responden memiliki stress kerja sedang.
8. Terdapat hubungan antara keturunan Diabetes Melitus, hipertensi, *Body Mass Index* (BMI), aktifitas fisik dan pola makan dengan risiko Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Pegawai Pemerintah Kota Padang.
9. Tidak terdapat hubungan antara usia dan stress kerja dengan risiko Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Pegawai Pemerintah Kota Padang.

B. Saran

1. Bagi Keilmuan

Bagi keilmuan, hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi institusi tentang analisis faktor risiko Diabetes Melitus Tipe 2 pada pemerintahan kota padang.

2. Bagi Instansi Pemerintah

Diharapkan bagi instansi pemerintah untuk dapat memberikan informasi mengenai faktor risiko Diabetes Melitus Tipe 2 serta melakukan survei awal kepada seluruh pegawai mengenai kesehatan pegawai.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan pada peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian mengenai analisis faktor risiko Diabetes Melitus Tipe 2 Pada pegawai pemerintah dengan menggunakan faktor risiko lain yang dapat

mempengaruhi kejadian Diabetes Melitus Tipe 2, seperti pola tidur, konsumsi obat – obatan, berat badan lahir rendah dan riwayat Diabetes Melitus gestasional.

4. Bagi Responden

Diharapkan bagi responden untuk dapat memiliki pola hidup yang lebih sehat, mulai dari melakukan aktivitas fisik, menjaga pola makan, agar dapat menjaga berat badan, untuk mencegah atau mengurangi risiko Diabetes Melitus Tipe 2 .

