

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan dari hasil dan pembahasan *literatur review* hubungan indeks massa tubuh dengan kejadian penyakit diabetes melitus tipe 2 dapat disimpulkan bahwa ada hubungan indeks massa tubuh dengan kejadian penyakit diabetes melitus tipe 2. Indeks massa tubuh dengan nilai $\geq 25 \text{ kg/m}^2$ dan $\geq 28 \text{ kg/m}^2$ (obesitas) berisiko lebih tinggi untuk menderita diabetes melitus tipe 2.

B. Saran

1. Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini adalah penelitian *literatur review*, diharapkan peneliti selanjutnya bisa melakukan penelitian dengan variabel yang sama pada subjek yang belum menderita penyakit diabetes melitus tipe 2 untuk mengetahui peningkatan risiko indeks massa tubuh kejadian penyakit diabetes melitus tipe 2.

2. Masyarakat

Bagi masyarakat diharapkan untuk bisa menjaga dan memperhatikan gaya hidup sehat seperti pola makan dan aktivitas fisik agar indeks massa tubuh tetap normal, sehingga menurunkan risiko untuk menderita penyakit diabetes melitus tipe 2.

3. Institusi Kesehatan

Bagi Institusi Kesehatan diharapkan dapat melakukan program penyuluhan mengenai indeks massa tubuh yang obesitas dengan kejadian penyakit diabetes melitus tipe 2 baik secara individu maupun massal.