

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian *literature review* hubungan antara aktivitas fisik dan kebiasaan merokok dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian diabetes melitus tipe 2.
2. Ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian diabetes melitus tipe 2.

B. Saran

1. Bidang akademik

Penelitian ini dapat dikembangkan lagi untuk sebagai informasi dan wawasan ilmu tentang bagaimana hubungan antara aktivitas fisik dan kebiasaan merokok dengan kejadian DM tipe 2

2. Penelitian selanjutnya

Penelitian ini merupakan penelitian *literature review*, diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian menggunakan variabel yang sama dengan subjek berisiko menderita penyakit diabetes melitus tipe 2 untuk mengetahui peningkatan risiko terjadinya diabetes melitus tipe 2 berdasarkan aktivitas fisik dan kebiasaan merokok.

3. Masyarakat

Aktivitas fisik dan kebiasaan merokok merupakan faktor risiko yang dapat menyebabkan diabetes melitus tipe 2, sebaiknya masyarakat bisa merubah gaya hidupnya dengan baik.