

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP) dengan Kadar Glukosa Darah Puasa (GDP) pada wanita usia 35-45 tahun di Kelurahan Sidomulyo, Ungaran Timur disimpulkan sebagai berikut :

1. Kategori RLPP pada responden yang dalam keadaan normal sejumlah 32 orang (41%) dan responden yang mengalami obesitas sentral sejumlah 46 orang (59%).
2. Kategori GDP pada responden yang dalam keadaan normal sejumlah 37 orang (47.4%) dan responden yang dalam keadaan pre-diabetes sejumlah 41 orang (52.6%).
3. Uji korelasi menggunakan *Rank Spearman* didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP) dengan Kadar Glukosa Darah Puasa (GDP) pada wanita usia 35-45 tahun di Kelurahan Sidomulyo, Ungaran Timur.

#### **B. Saran**

1. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini hanya melihat hubungan antara Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP) dengan Kadar Glukosa Darah Puasa (GDP) tanpa melihat faktor lain yang dapat mempengaruhi kadar glukosa darah puasa seperti kebiasaan makan, aktivitas fisik, pendapatan, dan faktor stres. Sehingga perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk mengetahui hubungan GDP dengan faktor risiko yang lainnya.

2. Bagi Masyarakat

Disarankan untuk masyarakat yang mengalami obesitas sentral maupun tidak, agar tetap memperhatikan asupan makan, pola makan, dan aktivitas fisik yang

dilakukan sehari-hari guna untuk mencegah dan mengontrol kadar glukosa darah dalam tubuh.

### 3. Bagi Petugas Kesehatan

Diharapkan kepada petugas kesehatan agar meningkatkan penyuluhan kepada masyarakat mengenai bahaya atau dampak jika kadar glukosa darah melebihi normal supaya masyarakat juga ikut serta dalam menjaga kondisi kesehatannya dan dapat menambah wawasan tentang pentingnya mengatur dan mengontrol kadar gula darah dalam tubuh.