

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. Sebanyak 60,87 % subjek penelitian mempunyai kadar glukosa darah yang normal, sedangkan 39,13 % subjek penelitian mempunyai kadar glukosa darah yang meningkat.
2. Faktor risiko DM tipe 2 pada wanita menopause adalah usia lanjut, berat badan yang meningkat, obesitas sentral dan aktivitas fisik kurang.

5.2 Saran

1. Penelitian lebih lanjut dilakukan dengan sampel yang lebih banyak.
2. Penelitian lebih lanjut dilakukan dengan pengambilan sampel darah vena sehingga dapat memberikan hasil yang lebih akurat.
3. Penelitian lebih lanjut dilakukan dengan pengukuran tambahan *skinfold calipers* untuk mengukur ketebalan lemak tubuh sehingga dapat menggambarkan distribusi lemak pada wanita menopause.
4. Penelitian lebih lanjut dilakukan dengan lebih meneliti asupan makanan harian subjek penelitian.
5. Terapi pengganti hormon kombinasi dapat diberikan pada wanita *postmenopause* untuk menurunkan risiko DM tipe 2, tetapi perlu diperhatikan risiko yang dapat timbul akibat pemakaian jangka panjang.