

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1. Kesimpulan

Penelitian mengenai hubungan ukuran lingkar pinggang dengan kadar trigliserida darah pada masyarakat yang mengikuti program pemeriksaan laboratorium di Poliklinik Santa Maria Tak Bercela pada 5 Juni 2016 menunjukkan korelasi positif yang signifikan. Hasil tersebut menjelaskan bahwa semakin besar ukuran lingkar pinggang, maka semakin tinggi kadar trigliserida darah. Koefisien korelasi pada hasil analisis data laki-laki maupun perempuan masuk dalam katagori lemah, dengan nilai koefisien korelasi yang lebih tinggi pada data perempuan dibandingkan laki-laki.

Hasil uji korelasi pada penelitian ini didukung oleh hasil uji beda yang membandingkan rata-rata kadar trigliserida darah pada kelompok obesitas sentral dan tidak obesitas sentral. Rata-rata kadar trigliserida darah pada kelompok obesitas sentral menunjukkan angka yang tidak normal (hipertrigliseridemia), sedangkan rata-rata kadar trigliserida darah pada kelompok tidak obesitas sentral menunjukkan angka yang normal. Berdasarkan hasil tersebut,

dapat disimpulkan bahwa peningkatan ukuran lingkaran pinggang akan menjadi risiko dislipidemia, sehingga dapat mengganggu sistem kardiovaskular dan serebrovaskular.

Prevalensi obesitas sentral pada penelitian ini lebih tinggi dibandingkan tidak obesitas sentral dari seluruh responden yang ada. Obesitas sentral meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular dan serebrovaskular karena keterkaitannya dengan sindrom metabolik. Oleh karena itu, seiring tingginya prevalensi obesitas sentral, maka risiko terjadinya penyakit kardiovaskular dan serebrovaskular juga tinggi. Penyakit kardiovaskular dan serebrovaskular tersebut merupakan penyakit tidak menular dengan angka mortalitas tinggi.

Hasil yang didapatkan dalam penelitian ini sesuai dengan penelitian nasional dan internasional, seperti Riskesdas, WHO, dan beberapa penelitian lain, yang menyatakan obesitas sentral sebagai komponen dominan pada sindrom metabolik. Hasil ini menunjukkan bahwa obesitas sentral dapat digunakan sebagai parameter awal dalam menilai komponen-komponen lain pada sindrom metabolik, seperti resistensi insulin, dislipidemia, dan hipertensi.

6.2. Saran

6.2.1. Bagi Peneliti, Masyarakat Ilmiah, dan Dunia Kedokteran

Bagi peneliti yang ingin atau akan meneliti mengenai korelasi antara ukuran lingkaran pinggang dengan kadar trigliserida darah, atau penelitian yang serupa dengan topik tersebut, sebaiknya:

1. Mencari lokasi penelitian dengan lingkup yang lebih luas dan jumlah sampel yang lebih besar.
2. Menetapkan lokasi dan waktu penelitian dengan cermat, sehingga tidak terjadi keterbatasan waktu penelitian selama pengambilan sampel.
3. Mempertimbangkan faktor-faktor lain yang berdasarkan teori dapat mempengaruhi hasil penelitian.
4. Mempertimbangkan untuk meneliti hubungan antara obesitas sentral dengan komponen-komponen lain dalam sindrom metabolik selain kadar trigliserida darah.

6.2.2. Bagi Instansi Kesehatan Umum

Pelaksanaan program pemeriksaan laboratorium dan pelayanan kesehatan hendaknya disertai dengan promosi kesehatan. Hal-hal yang dapat dituangkan dalam promosi kesehatan tersebut

meliputi langkah-langkah pencegahan terhadap timbulnya obesitas sentral dan gangguan profil lipid darah, seperti olah raga teratur serta mengurangi asupan makanan tinggi karbohidrat dan lemak.

6.2.3. Bagi Masyarakat Umum

Masyarakat disarankan untuk mengambil langkah pencegahan sebelum timbul obesitas sentral, dan/atau untuk meminimalisir bahaya yang dapat ditimbulkan oleh obesitas sentral. Contoh langkah-langkah pencegahan tersebut adalah meningkatkan aktivitas fisik atau olahraga teratur dan mengurangi asupan makanan tinggi karbohidrat dan lemak.

DAFTAR PUSTAKA

1. Soegondo S. Buku ajar ilmu penyakit dalam: obesitas. Ed. VI. Jilid 2. Editor: Setiati S, Alwi I, Sudoyo A W, Simadibrata M, Setiyohadi B, Syam A F. Jakarta: InternaPublishing; 2014. hal. 2563-2566.
2. World Health Organization. Obesity and overweight. Switzerland: World Health Organization; 2015 [diakses pada 10 Februari 2016]. Diunduh dari: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>
3. Damanik NI, Manampiring AE, Fatimawali. Gambaran kadar trigliserida pada remaja obes. Manado, Universitas Sam Ratulangi: Jurnal e-Biomedik (eBM); 2013 [diakses pada 11 Februari 2016]; 1 (1): 537-542. Diunduh dari: <http://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/ebiomedik/article/view/4595/4123>
4. Arisman. Buku ajar ilmu gizi: obesitas, diabetes mellitus, dan dislipidemia. Editor: Mahode AA. Jakarta: EGC; 2014. hal. 1-8, 121-129.
5. Bueche JL. Buku ajar gizi dalam daur kehidupan: topik khusus tentang gizi pada individu dewasa, pengkajian gizi pada penyakit kronis. Editor: Sharlin J, Edelstein S. In: Kristianto Y, Tampubolon AO. Jakarta: EGC; 2011. hal. 311-313, 322-323, 337-339.
6. Riset Kesehatan Dasar [RISKESDAS]. Laporan hasil riset kesehatan dasar. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2013 [diakses pada 11 februari 2016]. Diunduh dari: <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%202013.pdf>

7. World Health Organization. Waist circumference and waist-hip ratio: report of a WHO expert consultation. Geneva: World Health Organization; 2008 [diakses pada 11 Februari 2016]. Diunduh dari: http://www.who.int/nutrition/publications/obesity/WHO_report_waistcircumference_and_waisthip_ratio/en/
8. Guyton AC, Hall JE. Buku ajar fisiologi kedokteran: metabolisme lipid, keseimbangan diet, aturan pemberian makanan, obesitas dan kelaparan, vitamin dan mineral. Ed 11. In: Rachman LY, Hartanto H, Novrianti A, Wulandari N. Jakarta: EGC; 2006. hal. 883-889, 917-919.
9. Kasiman S. Pengaruh makanan pada sindrom metabolik. Jurnal Kardiologi Indonesia; 2011 [diakses pada 11 Februari 2016]; 32 (1): 24-26. Diunduh dari: <http://indonesia.digitaljournals.org/index.php/karidn/article/viewFile/107/109>
10. Centers for Disease Control and Prevention. Division of nutrition, physical activity, and obesity. USA: Centers for Disease Control and Prevention; 2012 [diakses pada 25 Februari 2016]. Diunduh dari: <http://www.cdc.gov/obesity/adult/defining.html>
11. Listiyana AD, Mardiana, Prameswari GN. Obesitas sentral dan kadar kolesterol darah total. Semarang, Universitas Negeri Semarang: Jurnal Kesehatan Masyarakat; 2013 [diakses pada 2 Maret 2016]; 9 (1): 37-43. Diunduh dari: <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kemas/article/view/2828>
12. World Health Organization. The Asia-Pacific perspective: redefining obesity and its treatment. Asia-Pacific: World Health Organization; 2000 [diakses pada 3 Maret 2016]. Diunduh dari: <http://www.wpro.who.int/nutrition/documents/docs/Redefiningobesity.pdf>

13. Rahmawati D. Faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas sentral pada mahasiswa program studi kesehatan masyarakat UIN Syarif Hidayatullah Jakarta angkatan 2012-2014. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah; 2015 [diakses pada 19 Maret 2016]. Diunduh dari: <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/28881/1/DWI%20RAHMAWATI-FKIK.pdf>
14. Supariasa IDN, Bakri B, Fajar I. Penilaian status gizi. Edisi Revisi. Jakarta: EGC; 2002.
15. Dien NG, Mulyadi, Kunder RM. Hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di Poliklinik Hipertensi dan Nefrologi BLU RSUP Prof. DR. R. D. Kandou Manado. Manado, Universitas Sam Ratulangi: Jurnal Keperawatan; 2014 [diakses pada 20 Maret 2016]; 2 (2): 1-7. Diunduh dari: <http://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5168/4684>
16. Lazar JM. Metabolic syndrome: what it is and why you should treat it. Brooklyn, New York: SUNY Downstate Medical Center; 2007 [diakses pada 26 Maret 2016]. Diunduh dari: <http://www.medscape.org/viewarticle/554276>
17. Adriani M, Wirjatmadi B. Pengantar gizi masyarakat: obesitas. Jakarta: Kencana Prenada Media Group; 2012. hal. 118-144.
18. Oviyanti PN. Hubungan antara lingkar pinggang dan rasio lingkar pinggang panggul dengan tekanan darah pada subjek usia dewasa. Surakarta: Universitas Sebelas Maret; 2010 [diakses pada 26 Maret 2016]. Diunduh dari: [http://eprints.uns.ac.id/10863/2/Unlock-a_\(2\).pdf](http://eprints.uns.ac.id/10863/2/Unlock-a_(2).pdf)

19. Putri R. Hubungan obesitas dengan gambaran citra tubuh pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pengetahuan Budaya Universitas Indonesia (FIB UI). Depok, Jawa Barat: Universitas Indonesia; 2012 [diakses pada 26 Maret 2016]. Diunduh dari: <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20312640S%2043155-Hubungan%20obesitasfull%20tekt.pdf>
20. Sugianti E, Hardinsyah, Afriansyah N. Faktor risiko obesitas sentral pada orang dewasa di DKI Jakarta: analisis lanjut data RISKESDAS 2007. Gizi Indonesia; 2009 [diakses pada 26 Maret 2016]; 32 (2): 105-116. Diunduh dari: http://ejournal.persagi.org/go/index.php/Gizi_Indon/article/viewFile/73/70
21. Romanzini M, Pelegrini A, Petroski EL. Prevalence of abdominal obesity and associated factors in adolescent. Santa Catarina, Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC): Rev Paul Pediatr; 2011 [diakses pada 26 Maret 2016]; 29 (4): 546-552. Diunduh dari: http://www.scielo.br/pdf/rpp/v29n4/en_12.pdf
22. Kumar V, Cotran RS, Robbins SL. Buku ajar patologi: penyakit lingkungan. Ed. 7. Jilid 1. In: Prasetyo A, Pendit BU, Priliono T. Jakarta: EGC; 2003. hal. 336-342.
23. Wang SS. Metabolic syndrome. Editor: Ali YS. New York: Medscape; 2015 [diakses pada 27 Maret 2016]. Diunduh dari: <http://emedicine.medscape.com/article/165124-overview>
24. Soegondo S, Purnamasari D. Buku ajar ilmu penyakit dalam: sindrom metabolik. Ed. VI. Jilid 2. Editor: Setiati S, Alwi I, Sudoyo A W, Simadibrata M, Setiyohadi B, Syam A F. Jakarta: InternaPublishing; 2014. hal. 2535-2542.
25. Kaur J. A comprehensive review on metabolic syndrome. Editor: Holvoet P. Cardiology Research and Practice; 2014 [diakses pada 28 Maret 2016]; 1-22. Diunduh dari: <http://www.hindawi.com/journals/crp/2014/943162/>

26. Sirait AM, Sulistiowati E. Sindrom metabolik pada orang dewasa di Kota Bogor tahun 2011-2012. Media Litbangkes; 2014 [diakses pada 28 Maret 2016]; 1 (2): 81-88. Diunduh dari: <http://ejournal.litbang.depkes.go.id/index.php/MPK/article/viewFile/3565/3522>
27. Adam JMF. Buku ajar ilmu penyakit dalam: dislipidemia. Ed. VI. Jilid 2. Editor: Setiati S, Alwi I, Sudoyo A W, Simadibrata M, Setiyohadi B, Syam A F. Jakarta: InternaPublishing; 2014. hal. 2549-2552.
28. Erwinanto, Santoso A, Putranto JNE, Tedjasukmana P, Suryawan R, Rifqi S, et al. Pedoman tatalaksana dislipidemia. Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia; 2013 [diakses pada 29 Maret 2016]. Diunduh dari: http://www.inaheart.org/upload/file/Pedoman_tataksana_Dislipidemia.pdf
29. Jellinger PS, Smith DA, Mehta AE, Ganda O, Handelsman Y, Rodbard HW, et al. Guidelines for management of dyslipidemia and prevention of atherosclerosis. AACE Guidelines: American Association of Clinical Endocrinologists; 2012 [diakses pada 29 Maret 2016]. Diunduh dari: <https://www.aace.com/files/lipid-guidelines.pdf>
30. World Health Organization. Q and as on hypertension: what is raised blood pressure?. Switzerland: World Health Organization; 2015 [diakses pada 28 Maret 2016]. Diunduh dari: <http://www.who.int/features/qa/82/en/>
31. Rahayu H. Faktor risiko hipertensi pada masyarakat RW 01 Srengseng Sawah, Kecamatan Jagakarsa, Kota Jakarta Selatan. Depok, Jawa Barat: Universitas Indonesia; 2012 [diakses pada 28 Maret 2016]. Diunduh dari: <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20312706S%2043162-Faktor%20risiko-full%20text.pdf>

32. Christensen B. Hypertension classification. New York: Medscape; 2014 [diakses pada 28 Maret 2016]. Diunduh dari: <http://emedicine.medscape.com/article/2172178-overview>
33. Aguilar M, Bhuket T, Torres S, Liu B, Wong RJ. Prevalence of the metabolic syndrome in the United States. Editor: Zylke JW. The Journal of the American Medical Association; 2015 [diakses pada 29 Maret 2016]; 313 (19): 1973-1974. Diunduh dari: <http://jama.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=2293286>
34. Dwipayana MP, Suastika K, Saraswati IMR, Gotera W, Budhiarta AAG, Sutanegara, et al. Prevalensi sindroma metabolik pada populasi penduduk Bali, Indonesia. Jurnal Penyakit Dalam; 2011 [diakses pada 29 Maret 2016]; 12 (1): 1-5. Diunduh dari: <http://ojs.unud.ac.id/index.php/jim/article/download/3947/2939>
35. Sulistyoningrum E. Tinjauan molekular dan aspek klinis resistensi insulin. Mandala of Health; 2010 [diakses pada 29 Maret 2016]; 4 (2): 131-138. Diunduh dari: <http://jurnalonline.unsoed.ac.id/index.php/moh/article/viewFile/761/pdf>
36. Setiono LY. Dislipidemia pada obesitas dan tidak obesitas di RSUP DR. Kariadi dan laboratorium klinik swasta di Kota Semarang. Semarang: Universitas Diponegoro; 2012 [diakses pada 25 Maret 2016]. Diunduh dari: http://eprints.undip.ac.id/37571/1/Laurentia_Yustiana_S_G2A008106_Laporan_KTI.pdf
37. Rachmat M. Buku ajar biostatistika: aplikasi pada penelitian kesehatan. Jakarta: EGC; 2011. hal. 114-117.
38. Soesanto W. Biostatistik penelitian kesehatan: biostatistik dengan komputer (SPSS 16 for windows). Surabaya: Percetakan Duatujuh; 2012. hal. 82-83, 94.

39. Kusteviani F. Faktor yang berhubungan dengan obesitas abdominal pada usia produktif (15-64 tahun) di Kota Surabaya. *Jurnal Berkala Epidemiologi*; 2015 [diakses pada 19 Oktober 2016]; 3 (1): 45-56. Diunduh dari: <http://ejournal.unair.ac.id/index.php/JBE/article/download/1312/1071>
40. Pranoto A, Kholili U, Tjokroprawiro A, Hendromartono, Sutjahyo A, Murtiwi S, et al. Metabolic syndrome as observed in Surabaya. Surabaya: Pusat Diabetes dan Nutrisi, Divisi Endokrin Metabolik RSU Dr. Soetomo; 2005 [diakses pada 20 Oktober 2016]. Diunduh dari: https://www.scribd.com/document/downloads/direct/297557449?extension=pdf&ft=1479590771<=1479594381&user_id=271137778&uahk=6pQUDeFtwXANCVn dMgChzUv81nM