

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari penelitian ini didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik subjek penelitian terdiri dari usia, jenis kelamin dan lingkaran pinggang memiliki perbedaan yang bermakna secara statistik.
  - a. Usia pada kelompok lemak viseral tinggi memiliki rata-rata usia yang lebih tua dibandingkan kelompok lemak viseral normal.
  - b. Jenis kelamin laki-laki lebih ditemukan banyak pada kelompok lemak viseral tinggi sementara jenis kelamin perempuan lebih banyak ditemukan pada kelompok lemak viseral normal.
  - c. Lingkaran pinggang pada kelompok lemak viseral tinggi lebih besar dibandingkan kelompok lemak viseral normal.
2. Distribusi genotipe terbanyak polimorfisme gen MC4R rs17782313 ada populasi penelitian terdapat pada genotipe TT kemudian diikuti oleh TC dan CC memiliki frekuensi genotipe paling rendah.
3. Polimorfisme gen MC4R rs1778213 tidak memiliki hubungan yang bermakna secara statistik terhadap peningkatan lemak viseral tubuh.
4. Stratifikasi data berdasarkan jenis kelamin tidak menunjukkan hubungan yang bermakna secara statistik dengan peningkatan lemak viseral.

#### **5.2 Saran**

Adapun saran yang dapat diberikan oleh peneliti yaitu :

1. Penelitian selanjutnya dapat mengintegrasikan analisis faktor lingkungan untuk memahami interaksi antara gen MC4R rs17782313 dan gaya hidup terhadap lemak viseral.
2. Penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian di populasi dan wilayah berbeda dengan cakupan lebih besar.

3. Masyarakat sebaiknya lebih menyadari risiko dari lemak visceral tinggi sehingga dapat waspada jika terdapat tanda-tanda lemak visceral tinggi seperti lingkar pinggang yang besar.