

BAB VII

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap karyawan PT SIKKA Gresik pada tahun 2022 dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Pada tahun 2022, dilakukan pengukuran IMT terhadap 70 karyawan PT SIKKA Gresik untuk mendapatkan gambaran tentang distribusi berat badan di antara mereka. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa 12 dari 70 karyawan memiliki IMT yang tidak normal yaitu berada diatas normal, yang berarti sekitar 17,14% dari total karyawan berada dalam kategori obesitas. Sementara itu, 58 karyawan lainnya, atau sekitar 82,86%, memiliki IMT yang berada dalam rentang normal.
2. Indeks Massa Tubuh (IMT) dapat digunakan sebagai salah satu indikator untuk mengukur risiko sindroma metabolik pada karyawan PT SIKKA Gresik. Karyawan dengan IMT tinggi atau obesitas memiliki risiko lebih tinggi untuk mengembangkan sindroma metabolik, yang mencakup kondisi seperti hipertensi, penyakit jantung koroner, dislipidemia, resistensi insulin, dan peningkatan kadar gula darah. Dari hasil penelitian ini, terlihat bahwa 17,14% karyawan yang terdiagnosis obesitas berpotensi memiliki risiko lebih tinggi terhadap sindroma metabolik dibandingkan dengan karyawan dengan IMT

normal.

3. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa sekitar 29,8% dari variabilitas risiko sindroma metabolik dapat dijelaskan oleh IMT ($R^2 = 0,298$). Koefisien regresi untuk IMT dalam model alternatif (H_1) sebesar 0,098 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu unit dalam IMT berkaitan dengan peningkatan risiko sindroma metabolik sebesar 0,098 unit. Ini memperkuat temuan bahwa IMT merupakan prediktor signifikan untuk sindroma metabolik di kalangan karyawan PT SIKKA Gresik tahun 2022. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi positif yang sedang antara IMT dan risiko sindroma metabolik ($r = 0,546$). Signifikansi statistik yang kuat ($p\text{-value} < 0,001$) menegaskan bahwa hubungan ini bukan hasil kebetulan, melainkan menunjukkan bahwa peningkatan IMT berkaitan erat dengan peningkatan risiko sindroma metabolik. Hal ini berarti bahwa karyawan dengan IMT yang lebih tinggi lebih rentan terhadap kondisi sindroma metabolik.

B. SARAN

Penelitian yang telah dilakukan terkait Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh Dengan Risiko Sindroma Metabolik Pada Karyawan Perusahaan PT SIKKA Gresik Tahun 2022 terdapat saran yang bisa dilakukan untuk pengembangan lebih baik:

1. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dalam bentuk studi longitudinal untuk melacak perkembangan kondisi kesehatan

karyawan dari waktu ke waktu. Ini akan membantu memahami perubahan dalam prevalensi sindroma metabolik dan faktor risiko kesehatan lainnya serta efektivitas intervensi yang diterapkan.

2. Penelitian dapat difokuskan pada pengaruh lingkungan kerja terhadap kesehatan karyawan. Ini termasuk evaluasi stres kerja, pola kerja, dan budaya perusahaan terhadap kondisi kesehatan karyawan serta identifikasi faktor-faktor lingkungan kerja yang mungkin berkontribusi pada sindroma metabolik.
3. Melakukan penelitian untuk mengevaluasi efektivitas program intervensi kesehatan yang diterapkan di lingkungan kerja. Ini termasuk evaluasi program penurunan berat badan, program promosi aktivitas fisik, atau program penyuluhan kesehatan untuk memahami dampaknya terhadap kesehatan karyawan.
4. Melakukan penelitian perbandingan antara karyawan PT SIKKA Gresik tahun 2022 dan populasi lainnya untuk memahami perbedaan dalam prevalensi sindroma metabolik dan faktor risiko kesehatan. Ini dapat dilakukan dengan membandingkan data dengan populasi umum atau dengan karyawan di industri yang serupa.