

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Terdapat pengaruh durasi pemberian diet tinggi lemak terhadap glukosa darah puasa pada tikus putih (*Rattus norvegicus*) yang dapat disimpulkan bahwa semakin lama pemberian induksi diet tinggi lemak, semakin meningkat glukosa darah puasa pada tikus putih (*Rattus norvegicus*).
2. Rerata kadar glukosa darah puasa pada tikus putih (*Rattus norvegicus*) yang tidak diberikan induksi diet tinggi lemak sebesar  $66,26 \pm 13,27$  mg/dL.
3. Rerata kadar glukosa darah puasa pada tikus putih (*Rattus noregicus*) setelah induksi diet tinggi lemak selama 4 minggu sebesar  $66,82 \pm 14,59$  mg/dL.
4. Rerata kadar glukosa darah puasa pada tikus putih (*Rattus noregicus*) setelah induksi diet tinggi lemak selama 6 minggu sebesar  $97,53 \pm 15,62$  mg/dL.
5. Rerata kadar glukosa darah puasa pada tikus putih (*Rattus noregicus*) setelah induksi diet tinggi lemak selama 8 minggu sebesar  $134,82 \pm 8,38$  mg/dL.
6. Peningkatan bermakna glukosa darah puasa mulai terjadi setelah induksi diet tinggi lemak selama 6 minggu dan semakin meningkat setelah 8 minggu.

#### **B. Saran**

1. Masyarakat dianjurkan untuk menerapkan pola makan seimbang dengan membatasi asupan lemak berlebih karena konsumsi dalam jangka waktu yang lama, misalnya sekitar 2,8 tahun sudah dapat berpotensi meningkatkan glukosa darah dan resistensi insulin.

2. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain penelitian *experimental*, supaya faktor-faktor perancu yang berpotensi memengaruhi hasil dapat dikendalikan.
3. Penelitian selanjutnya disarankan melakukan *pretest* yang dapat dijadikan sebagai *baseline* atau apabila terdapat kelompok perlakuan dan kontrol dapat dilakukan pengukuran berulang pada keduanya, sehingga perubahan parameter dapat dianalisis secara longitudinal dan dibandingkan secara inferensial.
4. Penelitian selanjutnya disarankan menambahkan parameter metabolik lain untuk memperkuat interpretasi mekanisme gangguan metabolisme.
5. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menggunakan durasi induksi diet tinggi lemak minimal 6 minggu apabila tujuan penelitian adalah untuk menimbulkan peningkatan glukosa darah puasa secara bermakna.