

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dalam penelitian faktor-faktor yang berhubungan dengan kenaikan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Sebagian besar responden penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas adalah berjenis kelamin perempuan sebanyak 69 orang (79,3%), berusia 56-65 tahun sebanyak 42 orang (48,3%) dan memiliki pekerjaan sebagai IRT (ibu rumah tangga) sebanyak 54 orang (62,1%).
2. Distribusi frekuensi mengenai kenaikan kadar glukosa darah, aktivitas fisik, pola makan, stress, obesitas, kepatuhan minum obat adalah sebagai berikut :
 - a. Sebagian besar responden penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas mengalami kenaikan kadar glukosa darah sebanyak 63 orang (72,4%) dibandingkan dengan responden yang tidak mengalami kenaikan kadar glukosa darah normal sebanyak 24 orang (27,6%).
 - b. Sebagian besar responden penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas memiliki aktivitas fisik ringan atau tidak

- sesuai anjuran WHO sebanyak 54 orang (62,1%) dibandingkan dengan responden yang memiliki aktivitas sesuai anjuran WHO sebanyak 33 orang (37,9%).
- c. Sebagian besar responden penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas memiliki pola makan tidak baik sebanyak 65 orang (74,7%) dibandingkan dengan responden yang memiliki pola makan baik sebanyak 22 orang (25,3%).
 - d. Sebagian besar responden penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas mengalami tingkat stress berat sebanyak 29 orang (33,3%) dibandingkan dengan responden yang mengalami tingkat stress normal sebanyak 10 orang (11,5%).
 - e. Sebagian besar responden penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas mengalami obesitas sebanyak 53 orang (60,9%) dibandingkan dengan responden yang tidak obesitas sebanyak 34 orang (39,1%).
 - f. Sebagian besar responden penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas memiliki tingkat kepatuhan minum obat rendah sebanyak 49 orang (56,3%) dibandingkan dengan responden yang mengalami tingkat kepatuhan minum obat tinggi sebanyak 18 orang (20,7%).
3. Terdapat hubungan yang bermakna aktivitas fisik dengan kenaikan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas dengan nilai p sebesar 0,03 ($\alpha = 0,05$)

4. Terdapat hubungan yang bermakna pola makan dengan kenaikan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas dengan nilai p sebesar 0,001 ($\alpha = 0,05$)
5. Terdapat hubungan yang bermakna stress dengan kenaikan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas dengan nilai p sebesar 0,039 ($\alpha = 0,05$)
6. Terdapat hubungan yang bermakna obesitas dengan kenaikan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas dengan nilai p sebesar 0,031 ($\alpha = 0,05$)
7. Terdapat hubungan yang bermakna kepatuhan minum obat dengan kenaikan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Bergas dengan nilai p sebesar 0,003 ($\alpha = 0,05$)

B. Saran

1. Bagi Instansi Tempat Penelitian

Puskesmas Bergas perlunya meningkatkan kegiatan penyuluhan serta edukasi secara terstruktur kepada penderita diabetes agar dapat mengelola gaya hidupnya dengan baik serta dapat menurunkan kadar glukosa darah

2. Bagi Penderita Diabetes

Penderita diabetes diharapkan mengurangi makanan dan minuman manis yang memicu kenaikan kadar glukosa darah memilih makanan yang baik serta menghindari makanan instan, melakukan aktivitas fisik seperti olahraga minimal 10 menit, mengelola stress, mengkonsumsi obat secara

teratur sesuai dengan anjuran dokter dan melakukan pengecekan kadar glukosa darah secara rutin agar mengetahui kadar glukosa darah dalam tubuh.

3. Bagi Universitas

Peneliti mengharapkan agar hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi serta menambah pengetahuan mengenai penyakit diabetes melitus.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Peneliti menyarankan agar peneliti selanjutnya perlu meningkatkan temuan mereka dengan menambahkan faktor-faktor lain yang berhubungan dengan menambahkan variabel penelitian seperti faktor genetic pada penderita dm tipe 2 dan faktor perilaku seperti merokok sehingga hasil yang didapatkan akan lebih maksimal dan lebih luas.
- b. Peneliti menyarankan pada peneliti selanjutnya jika ingin meneliti variabel kepatuhan minum obat dan stress pada saat mengukur kepatuhan minum obat menanyakan lebih jelas apakah yang dikonsumsi obat tersebut obat medis atau obat herbal dan saat mengukur tingkat stress tidak hanya membaca kuesioner namun diperjelas setiap pertanyaan tersebut.