

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian hasil dan pembahasan penelitian di atas, peneliti dapat menarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik pasien DM yang menjalani rawat jalan di wilayah Puskesmas Kasihan I Bantul, diantaranya sebagai berikut: (a) berdasarkan usia, mayoritas berusia 51 – 60 tahun sebanyak 17 orang (56,7%); (b) berdasarkan pendidikan, mayoritas tamatan SMA sebanyak 15 orang (50%); (c) berdasarkan jenis kelamin mayoritas laki-laki sebanyak 19 orang (63,3%); (d) berdasarkan jenis pekerjaan mayoritas tidak bekerja atau sebanyak ibu rumah tangga dengan jumlah masing-masing sebanyak 7 orang (23,3%).
2. Berdasarkan tingkat stress, mayoritas pasien DM yang menjalani rawat jalan di wilayah Puskesmas Kasihan I Bantul mengalami stress ringan sebanyak 21 orang (71%).
3. Berdasarkan pola makan, mayoritas pasien DM yang menjalani rawat jalan di wilayah Puskesmas Kasihan I Bantul memiliki pola makan yang buruk sebanyak 23 orang (76,7%).
4. Berdasarkan aktifitas olah raga, mayoritas pasien DM yang menjalani rawat jalan di wilayah Puskesmas Kasihan I Bantul melakukan aktifitas olah raga sebanyak 21 orang (70%).

5. Berdasarkan kadar glukosa darah, mayoritas pasien DM yang menjalani rawat jalan di wilayah Puskesmas Kasihan I Bantul memiliki kadar glukosa darah yang tidak normal sebanyak 25 orang (83,3%).
6. Hasil uji *exact fisher* menunjukkan tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Mellitus (DM) di Puskesmas Kasihan I Bantul Tahun 2012 yang ditunjukkan dengan nilai p hitung sebesar 0,521 (sig > 0,05).
7. Hasil uji *exact fisher* menunjukkan ada hubungan antara pola makan dengan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Mellitus (DM) di Puskesmas Kasihan I Bantul Tahun 2012 yang ditunjukkan dengan nilai p hitung sebesar 0,000 (sig > 0,05).
8. Hasil uji *exact fisher* menunjukkan tidak ada hubungan antara latihan/olahraga (*exercise*) dengan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Mellitus (DM) di Puskesmas Kasihan I Bantul Tahun 2012 yang ditunjukkan dengan nilai p hitung sebesar 0,143 (sig > 0,05).

B. Saran

Sebagai penutup dalam penelitian ini, peneliti mengemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi dokter/perawat/petugas kesehatan lainnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu referensi dalam merumuskan kebijakan penatalaksanaan penderita Diabetes Mellitus (DM) agar tetap

dapat hidup sehat, terhindari dari faktor resiko komplikasi lanjut dan tetap menjalani aktifitas keseharian secara normal.

2. Bagi pemerintah

Hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu referensi dalam merumuskan kebijakan penanganan Diabetes Mellitus (DM) secara terpadu dan komprehensif serta mampu mendorong pemerintah agar menjadikan masalah diabetes mellitus sebagai salah satu program prioritas kesehatan demi mencegah terjadinya ledakan jumlah penderita Diabetes Mellitus (DM) di masa-masa mendatang dengan meningkatkan edukasi tentang pola makan pasien diabetes mellitus.

3. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah ilmu, wawasan pengetahuan dan pengalaman mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan peningkatan kadar glukosa darah khususnya faktor pola makan yang dalam penelitian ini berhasil menunjukkan adanya hubungan yang signifikan. Sehingga diharapkan pasien DM mampu melakukan control, pengendalian dan diet pola makan yang sesuai bagi penderita DM untuk menjaga kadar glukosa darah tetap dalam kisaran normal sebagai upaya meminimalisasi dampak komplikasi lanjut dan resiko DM yang lebih parah.

4. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu referensi dalam rangka mengkaji lebih lanjut terhadap kemungkinan berbagai faktor yang

berhubungan dengan peningkatan kadar glukosa darah pada penderita Diabetes Mellitus (DM) sehingga dapat meningkatkan kualitas penatalaksanaan dan penanganan masalah Diabetes Mellitus (DM) di masa mendatang.