

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian mengenai hubungan antara pola tidur malam terhadap kadar gula darah penderita DM type II di PKU Muhammadiyah Yogyakarta 1, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Lima puluh persen penderita DM type II di PKU Muhammadiyah Yogyakarta 1 mengalami pola tidur malam dengan kategori buruk.
2. Lima puluh tiga koma tiga persen penderita DM type II di PKU Muhammadiyah Yogyakarta 1 mempunyai kadar gula darah tinggi.
3. Ada hubungan yang signifikan antara pola tidur malam terhadap kadar gula darah penderita DM type II di PKU Muhammadiyah Yogyakarta 1.

#### B. Saran

Setelah melakukan penelitian hubungan antara pola tidur malam terhadap kadar gula darah penderita DM type II di PKU Muhammadiyah Yogyakarta 1, maka saran yang dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Bagi PKU Muhammadiyah Yogyakarta 1

Diharapkan kepada pihak PKU Muhammadiyah Yogyakarta untuk terus memberikan dorongan dan informasi mengenai pola tidur malam yang baik dan memberikan pendidikan kesehatan bagaimana mengatasi stress penderita DM type II. Selain itu, rumah sakit dapat ikut berperan dalam menurunkan stressor pada penderita DM type II dengan memodifikasi ruangan sehingga penderita DM type II merasa nyaman.

## 2. Bagi Profesi Keperawatan

Perawat sebaiknya harus berbekal komunikasi terapeutik yang baik untuk lebih mengenal baik permasalahan pada penderita DM type II. Perawat harus bisa memberikan konseling terhadap stressor yang mengganggu pola tidur malam penderita DM type II dengan support dan komunikasi terapeutik.

## 3. Bagi Peneliti-Peneliti lain

Perlu adanya penelitian lebih spesifik untuk mengetahui hubungan pola tidur malam terhadap kadar gula darah penderita DM type II. Peneliti harus memperhatikan secara langsung pola tidur malam dan harus dengan sendirinya mengecek kadar gula darah penderita DM type II. Sampel penelitian harus mendapatkan survey lebih lanjut sehingga mendapatkan hasil data yang lengkap.

## C. Kekuatan dan Kelemahan Penelitian

### a. Kekuatan Penelitian

1. Sebatas pengetahuan peneliti, belum ada yang meneliti tentang hubungan pola tidur malam terhadap kadar gula darah penderita DM type II di PKU Muhammadiyah Yogyakarta 1.
2. Dari hasil wawancara penelitian banyak penderita DM type II yang mengeluh tentang tidurnya yang buruk, maka dari itu perlu ada perhatian khusus dari tenaga keperawatan dan tenaga medis lainnya untuk mengurangi stress penderita DM type II demi kenyamanan pasien

b. Kelemahan dan Kesulitan Penelitian

1. Peneliti tidak dapat mengendalikan variabel pengganggu seperti stress penderita DM type II sebagai penyebab utama gangguan pada pola tidur malam pasien DM type II.
2. Peneliti tidak dapat mengendalikan variabel pengganggu seperti pemberian obat insulin dimana terapi insulin akan menurunkan kadar gula darah penderita DM type II meskipun pola tidur malamnya buruk.
3. Peneliti tidak dapat mengontrol pola tidur malam penderita DM type II apakah penderita durasi tidur penderita DM type II kurang dari 6 jam atau lebih.
4. Sampel yang diambil kurang banyak dikarenakan keterbatasan waktu, biaya, dan juga tenaga dari peneliti.