

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan:

1. Karakteristik responden yaitu sebagian besar usia responden yaitu 56 - 65 (lansia akhir) sebanyak 16 orang (35,6%) , sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 25 orang (55,6%), sebagian besar pendidikan responden adalah SMA/Sederajat sebanyak 23 orang (51,2 %), sebagian besar pekerjaan responden adalah ibu rumah tangga sebanyak 15 orang (33,3%), sebagian besar pendapatan responden adalah tinggi (>Rp3.500.000) sebanyak 18 orang (51,1 %), sebagian besar besaran keluarga responden adalah kecil (≤ 4 orang) sebanyak 24 orang (53,3%), sebagian besar faktor keluarga responden adalah orang tua DM tipe 2 sebanyak 36 orang (80 %), sebagian besar lama menderita DM responden adalah ≥ 5 Tahun sebanyak 30 orang (66,7%), sebagian besar responden mengkonsumsi obat DM sebanyak 43 orang (95,6%).
2. Asupan serat responden dalam penelitian ini sebagian besar termasuk dalam kategori asupan serat kurang (<20 gr/hari) yaitu sebanyak 35 orang (77,8%). Asupan buah dan sayur responden dalam penelitian ini sebagian besar termasuk dalam kategori asupan buah dan sayur kurang sebesar 77,8 persen.
3. Status gizi responden dalam penelitian ini sebagian besar termasuk dalam kategori obesitas (IMT >27) sebanyak 24 orang (53,3 %).
4. Kadar glukosa darah sewaktu responden dalam penelitian ini sebagian besar

termasuk dalam kategori kadar glukosa darah sewaktu tinggi (≥ 200 mg/dL) sebanyak 36 orang (80%)

5. Hasil uji pearson menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara asupan serat dengan kadar glukosa darah sewaktu pada pasien DM tipe 2 rawat jalan Di RSUD Dr. Pirngadi Medan dengan nilai koefisien yaitu $r = - 0,46$ dan $p\text{-value} = 0,001$.
6. Hasil uji pearson menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kadar glukosa darah sewaktu pada pasien DM tipe 2 rawat jalan Di RSUD Dr. Pirngadi Medan dengan nilai koefisien yaitu $r = 0,539$ dan $p\text{-value} = 0,000$.
7. Hasil uji regresi linear berganda menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara asupan serat dan status gizi dengan dan kadar glukosa darah sewaktu pasien DM tipe 2 rawat jalan Di RSUD Dr. Pirngadi Medan (Kadar glukosa darah sewaktu : $54,506 - 5,588 \times \text{Asupan Serat} + 10,670 \times \text{Status Gizi}$). Diketahui variabel yang paling mempengaruhi kadar glukosa darah sewaktu adalah status gizi dengan nilai koefisien regresi sebesar (10,670) lebih besar dari koefisien asupan serat ($- 5,588$). Nilai *adjust R Square* yang diperoleh sebesar 0,355 dan p value 0.000 setelah dikalikan 100 persen menjadi 35,5 persen. Hal ini berarti kadar glukosa darah sewaktu dipengaruhi asupan serat dan status gizi sebesar 35,5 persen. sisanya sebesar 64,5 persen dipengaruhi oleh variabel lain di luar model penelitian ini.

5.2 Implikasi

Implikasi penelitian yang tercantum di bawah ini didasarkan pada temuan

penelitian, sebagai berikut:

1. Penderita DM tipe 2 mungkin mengalami kadar kadar glukosa darah sewaktu yang tinggi akibat asupan serat yang kurang. Oleh karena itu, anjuran untuk mengkonsumsi buah makanan tinggi serat yaitu buah dan sayur sebanyak 400 gr yang terdiri dari sayur 250gr dan buah 150gr setiap hari.
2. Penderita DM tipe 2 yang mengalami status gizi obesitas mungkin mengalami kadar glukosa darah sewaktu yang tinggi. Oleh karena itu, disarankan untuk melakukan, konsumsi makanan bergizi seimbang, pola hidup sehat, dan diimbangi dengan aktifitas fisik yang cukup.

5.3 Saran

Berdasarkan dari kesimpulan penelitian, maka disarankan hal-hal sebagai berikut

1. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar mendapatkan hasil yang lebih baik dan akurat, diharapkan selanjutnya melakukan penelitian lanjutan dengan menambah variabel-variabel lainnya atau melakukan pendekatan lain berkenaan teknik pengambilan sampel, teknik pengolahan data, dan lain sebagainya.
2. Diharapkan kepada masyarakat agar dapat lebih aktif dan terdorong untuk memantau kadar glukosa darah dengan memeriksakan secara berkala dan teratur, agar tidak terjadi komplikasi lain.
3. Diharapkan bagi RSUD Dr. Pirngadi Medan agar dapat menerapkan serta mendorong penderita diabetes melitus agar terus dapat mengontrol kadar gula darahnya dan mengubah gaya hidupnya kearah yang lebih sehat.