

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil temuan yang berjudul “Hubungan Asupan Energi dan Kadar Glukosa Darah dengan Kadar Kolesterol Total pada Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Mandala”, dapat disimpulkan:

1. Data karakteristik responden didominasi oleh jenis kelamin perempuan (68,8%), usia responden didominasi oleh kategori usia 55-64 tahun (37,5%), tingkat pendidikan responden didominasi oleh Tamat Perguruan Tinggi (47,9%), pekerjaan responden didominasi oleh ibu rumah tangga (35,4%), dan tingkat pendapatan responden didominasi oleh tidak berpenghasilan (35,4%).
2. Data asupan energi responden terdiri dari asupan sangat kurang sebesar 29,2%, kurang sebesar 27,1%, sesuai sebesar 20,8%, dan lebih sebesar 22,9%, dengan rata-rata kecukupan energi sebesar 96,75%.
3. Data kadar glukosa darah puasa responden terdiri dari normal sebesar 45,8% dan tinggi sebesar 54,2%, dengan rata-rata kadar glukosa darah sebesar 152,44 mg/dL.
4. Data kadar kolesterol total responden terdiri dari normal sebesar 29,2% dan tinggi sebesar 70,8%, dengan rata-rata kadar kolesterol total sebesar 223,15 mg/dL.
5. Hasil analisis bivariat menggunakan *Rank-Spearman* menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara asupan energi dengan kadar kolesterol total pada penderita diabetes melitus ( $p=0,001$ ) dan koefisien korelasi sedang ( $r=0,459$ ).

6. Hasil analisis bivariat menggunakan *Rank-Spearman* menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara kadar glukosa darah dengan kadar kolesterol total pada penderita diabetes dengan nilai ( $p=0,003$ ) dan koefisien relasi sedang ( $r=0,422$ ).
7. Hasil analisis multivariat menggunakan regresi logistik menunjukkan bahwa asupan energi tidak berhubungan signifikan dengan kadar kolesterol total pada penderita diabetes (asupan energi sangat kurang bernilai  $p=0,999$ ; asupan energi kurang bernilai  $p=0,999$ ; asupan energi sesuai bernilai  $p=0,999$ ; asupan energi lebih bernilai  $p=0,558$ ; kadar glukosa darah bernilai  $p=0,057$ ). Berdasarkan hasil analisis didapatkan nilai *Nagelkerke R-Square* sebesar 0,420, artinya asupan energi dan kadar glukosa darah memiliki pengaruh sebesar 42%, sedangkan sisanya 58% dipengaruhi oleh variabel-variabel lain.

## 5.2. Implikasi

Adapun implikasi dalam penelitian ini:

1. Dari hasil penelitian sebagian besar responden memiliki kadar glukosa darah puasa tinggi (54,2%), dan kadar kolesterol total tinggi (70,8%). Hal ini menjadi implikasi bahwa responden harus lebih memerhatikan jumlah makanan, jenis makanan, jadwal makan, serta melakukan pemeriksaan kadar darah secara rutin.
2. Dari hasil penelitian asupan energi responden yang tidak memenuhi angka kecukupan menurut survey diet total tahun 2014, yaitu asupan sangat kurang sebesar 29,2%, asupan kurang sebesar 27,1%, asupan lebih sebesar 22,9%, dan hanya 20,8% responden yang sesuai angka kecukupan energinya. Hal ini

menjadi implikasi bahwa responden harus memerhatikan asupan makanan agar mencapai keseimbangan energi.

### 5.3. Saran

Berikut saran-saran dari temuan ini:

1. Diharapkan kepada responden untuk selalu rutin melakukan pengecekan kadar darah di Puskesmas agar memantau dan dapat mencegah terjadinya penyakit komplikasi, kemudian menjaga asupan makan guna mengontrol kadar glukosa darah dan kadar kolesterol.
2. Masyarakat diharapkan aktif melakukan pemeriksaan kadar glukosa darah dan kolesterol total, tidak takut apalagi sampai menghindarinya, karena bisa mencegah penyakit lebih baik dari pada mengobati, serta diharapkan masyarakat selalu menjaga asupan makan agar kadar glukosa darah dan kolesterol total terkendali.
3. Diharapkan untuk peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian pada variabel yang lebih luas atau melakukan pendekatan lain berkaitan dengan desain penelitian, teknik pengambilan sampel, dan teknik analisis data.

THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY