

BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 pada wanita di wilayah kerja Puskesmas Biaro, dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 pada wanita di wilayah kerja Puskesmas Biaro
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat keluarga dengan diabetes melitus dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 pada wanita di wilayah kerja Puskesmas Biaro
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 pada wanita di wilayah kerja Puskesmas Biaro
4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status pekerjaan dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 pada wanita di wilayah kerja Puskesmas Biaro
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 pada wanita di wilayah kerja Puskesmas Biaro
6. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 pada wanita di wilayah kerja Puskesmas Biaro
7. Terdapat hubungan yang signifikan antara stress dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 pada wanita di wilayah kerja Puskesmas Biaro
8. Variabel aktivitas fisik merupakan variabel yang paling berhubungan terhadap kejadian diabetes melitus tipe 2 pada wanita di wilayah kerja Puskesmas Biaro

6.2 Saran

1. Bagi Puskesmas

Diharapkan dapat meningkatkan program edukasi dan penyuluhan secara aktif tentang diabetes melitus tipe 2 pada wanita kelompok usia di atas 45 tahun dan masyarakat dengan pendidikan rendah menggunakan media yang menarik dan mudah dipahami. Penyuluhan dilakukan terkait informasi faktor risiko, tanda dan gejala serta pentingnya deteksi dini penyakit diabetes melitus tipe 2. Selain itu, perlu meningkatkan pemeriksaan dini dan skrining diabetes melitus tipe 2 secara aktif khususnya bagi masyarakat yang memiliki riwayat keluarga diabetes melitus seperti melalui kunjungan rumah. Hal ini dilakukan untuk membantu pengelolaan dan pencegahan komplikasi. Meningkatkan program promosi terkait gaya hidup sehat yang mencakup peningkatan aktivitas fisik dan pengelolaan stress seperti kelas olahraga dan kelas konseling.

2. Bagi Dinas Kesehatan Kabupaten Agam

Diharapkan dapat mengembangkan program pencegahan dan pengendalian diabetes melitus tipe 2 dengan perhatian khusus bagi kelompok yang berisiko tinggi seperti wanita berusia > 45 tahun dan wanita yang memiliki riwayat keluarga diabetes melitus. Dinas Kesehatan dapat melaksanakan program pelatihan dan pemberdayaan kader serta berkerja sama dengan nagari guna mencegah dan menangani masalah diabetes melitus tipe 2 pada wanita.

3. Bagi Masyarakat

Diharapkan bagi masyarakat untuk meningkatkan kesadaran terkait pola hidup sehat sebagai upaya pencegahan diabetes melitus tipe 2, seperti aktivitas fisik yang cukup dan mengelola stress dengan baik. Masyarakat diharapkan berpartisipasi aktif dalam program kesehatan yang dilakukan oleh Puskesmas

Biaro seperti pemeriksaan rutin, penyuluhan dan kegiatan olahraga bersama. Masyarakat juga diharapkan melakukan pemeriksaan kesehatan berkala terutama bagi yang memiliki riwayat keluarga dengan diabetes melitus.

4. Bagi Peneliti Lain

Diharapkan peneliti selanjutnya untuk dapat melakukan penelitian lebih lanjut terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 pada wanita. Peneliti selanjutnya dapat menambahkan variabel lain seperti pola makan, riwayat hipertensi dan variabel lain yang memungkinkan. Peneliti juga dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan menggunakan metode tertentu yang dapat mengukur kondisi pada saat sebelum terjadinya diabetes melitus tipe 2.

