BAB VII
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai gambaran faktor risiko terjadinya early onset diabetes mellitus tipe 2 pada usia muda di Puskesmas Belimbing maka didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

a. Pada umumnya penderita berusia pada kategori dewasa akhir dengan rentang usia 36–45 tahun. Sebagian besar penderita berjenis kelamin perempuan dan bekerja sebagai IRT atau Ibu Rumah Tangga. Hampir sebagian penderita dengan tingkat pendidikan terakhir adalah SMA. Sebagian besar penderita telah terdiagnosa diabetes mellitus 1 sampai 5 tahun.
b. Berdasarkan distribusi frekuensi faktor risiko riwayat keluarga, diketahui sebagian besar penderita tidak memiliki riwayat keluarga dengan diabetes mellitus tipe 2 dan hanya sebagian kecil memiliki riwayat keluarga dengan diabetes mellitus tipe 2.
c. Berdasarkan distribusi frekuensi faktor risiko pola makan, diketahui hampir seluruh penderita memiliki pola makan yang buruk.
d. Berdasarkan distribusi frekuensi faktor risiko obesitas, diketahui sebagian penderita memiliki indeks massa tubuh dalam kategori obesitas.

e. Berdasarkan distribusi frekuensi faktor risiko aktivitas fisik, diketahui hampir seluruh penderita memiliki aktivitas fisik sedang.

f. Berdasarkan distribusi frekuensi faktor risiko stress, diketahui seluruh penderita memiliki tingkat stress yang sedang hingga tinggi

B. Saran

1. Bagi Ilmu Keperawatan dan Perawat

Penelitian ini dapat menjadi sumber rujukan dan informasi untuk memperluas wawasan di bidang keperawatan, khususnya dalam mengidentifikasi faktor-faktor risiko diabetes yang terjadi pada usia muda. Pengetahuan ini dapat dimanfaatkan dalam memberikan edukasi langsung kepada pada remaja dan dewasa muda terkait mengenai perilaku yang perlu dihindari maupun yang dianjurkan.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Pelayanan kesehatan diharapkan dapat lebih fokus dalam melakukan deteksi dini dan edukasi terhadap risiko diabetes melitus pada individu usia muda, melalui pemeriksaan rutin dan media edukasi. Fasilitas kesehatan juga disarankan mengadakan program promosi kesehatan yang mendorong aktivitas fisik dan pemantauan stres secara berkala.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk menambahkan variabel lain yang relevan namun belum diteliti, seperti kualitas tidur, kebiasaan merokok. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan penelitian ini sebagai acuan dan masukan untuk penelitian yang berkaitan dengan faktor risiko terjadinya early onset diabetes mellitus tipe 2 pada usia muda

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA