

BAB 6 : PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan antara usia ibu, pola konsumsi makanan dan minuman manis, dan kenaikan berat badan selama kehamilan terhadap kejadian Diabetes Melitus Gestasional di wilayah Kecamatan Koto Tangah Kota Padang tahun 2024, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ibu yang memiliki frekuensi konsumsi makanan dan minuman manis yang sering lebih banyak pada kelompok kontrol daripada kelompok kasus dan ibu yang memiliki asupan gula yang tinggi juga lebih banyak pada kelompok kontrol daripada kelompok kasus.
2. Ibu yang memiliki usia termasuk pada kategori resiko tinggi (≥ 35 tahun) lebih banyak pada kelompok kontrol daripada kelompok kasus.
3. Ibu yang memiliki kenaikan berat badan yang tidak sesuai dengan yang dianjurkan lebih banyak pada kelompok kontrol daripada kelompok kasus.
4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi makanan dan minuman manis dan asupan gula dalam sehari dengan kejadian Diabetes Melitus Gestasional.
5. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara usia ibu dengan kejadian Diabetes Melitus Gestasional.
6. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kenaikan berat badan ibu selama kehamilan dengan kejadian Diabetes Melitus Gestasional.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Ibu hamil

Ibu hamil tetap dianjurkan menjaga pola makan dan membatasi konsumsi makanan serta minuman manis, meskipun penelitian ini tidak menemukan hubungan signifikan dengan diabetes gestasional. Hasil ini kemungkinan karena sebagian besar peserta mengonsumsi gula dalam jumlah rendah. Pola makan sehat, seimbang, dan rendah gula tetap penting untuk mencegah komplikasi kehamilan lainnya. Ibu hamil juga perlu memantau kenaikan berat badan sesuai dengan IMT sebelum hamil. Meski tidak ditemukan hubungan yang signifikan dengan diabetes gestasional, hal ini bisa dipengaruhi oleh kondisi metabolisme yang baik atau IMT normal pada sebagian besar responden. Karena itu, menjaga berat badan dan pemeriksaan rutin tetap penting sebagai langkah pencegahan.

6.2.2 Bagi Puskesmas

Puskesmas sebagai layanan kesehatan primer memiliki peran penting dalam upaya pencegahan dan promosi kesehatan ibu hamil, terutama melalui penyuluhan dan skrining gizi. Pemantauan IMT sebelum hamil, asupan gula, dan berat badan tiap trimester perlu didorong melalui edukasi dan pencatatan yang baik. Meski tidak semua faktor dalam penelitian ini menunjukkan hubungan yang signifikan, upaya pencegahan tetap penting karena respons tubuh tiap ibu hamil bisa berbeda. Pencatatan riwayat kesehatan seperti riwayat diabetes dan status gizi juga perlu diperkuat. Selain itu, ibu hamil diharapkan lebih aktif mengikuti kelas kehamilan untuk menambah pengetahuan, memantau kehamilan, dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan selama masa kehamilan.

6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan lebih banyak responden dengan latar belakang yang beragam, seperti usia, status gizi, dan sosial ekonomi, agar hasilnya lebih mewakili populasi. Pemeriksaan diabetes juga sebaiknya dilakukan dengan metode yang lebih akurat, seperti gula darah puasa, 2 jam post prandial, atau uji toleransi glukosa oral (TTGO), untuk mencegah kesalahan dalam klasifikasi. Selain itu, penggunaan data rekam medis atau pemantauan langsung lebih dianjurkan agar data yang diperoleh lebih objektif. Penelitian yang lebih lengkap akan membantu memahami faktor risiko diabetes gestasional secara lebih tepat dan menjadi dasar untuk pencegahan yang lebih efektif.

