

## BAB 6 : PENUTUP

### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan kepatuhan diet, aktivitas fisik dan dukungan keluarga dengan kadar glukosa darah sewaktu pasien DM tipe 2 Poliklinik Penyakit Dalam di RSUP Dr. M. Djamil Padang, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar pasien DM tipe 2 Poliklinik Penyakit Dalam di RSUP Dr. M. Djamil Padang berada pada kelompok umur pra lanjut usia dan lanjut usia. Sedangkan jika dilihat dari jenis kelamin, lebih dari setengah pasien berjenis kelamin laki-laki. Kurang dari setengah pasien merupakan lulusan SMA/SMU dan sebagian kecil pasien tidak bekerja. Lebih dari setengah pasien DM tipe 2 memiliki riwayat keluarga DM. Sebagian besar pasien DM tipe 2 menderita DM < 5 tahun dan > 10 tahun.
2. Distribusi rerata kadar glukosa darah pasien DM tipe 2 Poliklinik Penyakit Dalam di RSUP Dr. M. Djamil Padang adalah 237(110 – 520) mg/dL. Sebagian besar pasien memiliki kadar glukosa darah tidak terkontrol (76%).
3. Distribusi rerata kepatuhan diet pasien DM tipe 2 Poliklinik Penyakit Dalam di RSUP Dr. M. Djamil Padang adalah  $32,28 \pm 8,437$ . Sebagian besar pasien patuh terhadap diet (52%).
4. Distribusi rerata aktivitas fisik DM tipe 2 Poliklinik Penyakit Dalam di RSUP Dr. M. Djamil Padang adalah 889,50(33 – 13758) MET-

m/minggu. Kurang dari setengah pasien memiliki aktivitas fisik sedang (40%).

5. Distribusi rerata dukungan keluarga pasien DM tipe 2 Poliklinik Penyakit Dalam di RSUP Dr. M. Djamil Padang 65,50(39 – 100). Sebagian besar pasien memiliki dukungan keluarga tinggi (80%).
6. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dengan kadar glukosa darah sewaktu pasien DM tipe 2 Poliklinik Penyakit Dalam di RSUP Dr. M. Djamil Padang.
7. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kadar glukosa darah sewaktu pasien DM tipe 2 Poliklinik Penyakit Dalam di RSUP Dr. M. Djamil Padang.
8. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kadar glukosa darah sewaktu pasien DM tipe 2 Poliklinik Penyakit Dalam di RSUP Dr. M. Djamil Padang.

## 6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian terdapat beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Pasien DM Tipe 2 Poliklinik Penyakit Dalam

Diharapkan bagi pasien DM tipe 2 Poliklinik Penyakit Dalam di RSUP Dr. M. Djamil Padang untuk lebih meningkatkan kepatuhan terhadap diet sesuai anjuran, rutin melakukan aktivitas fisik sesuai dengan kondisi kesehatan dan meningkatkan aktivitas fisik bila belum dilakukan, serta mengoptimalkan peran keluarga dalam membantu pengelolaan DM tipe 2 dikarenakan langkah ini berperan penting dalam membantu mengontrol kadar glukosa darah dan menghindari risiko komplikasi jangka panjang.

## 2. Bagi Rumah Sakit dan Instansi Terkait

Diharapkan rumah sakit dapat meningkatkan upaya promotif dan preventif dalam pengelolaan DM tipe 2 melalui penyuluhan mengenai variabel terkait yaitu kepatuhan diet, aktivitas fisik dan dukungan keluarga. Selain itu juga diharapkan rumah sakit dapat meningkatkan layanan edukasi gizi dan konseling dalam manajemen pengelolaan DM tipe 2.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai rujukan untuk studi lanjutan dengan mempertimbangkan variabel-variabel yang dapat mempengaruhi kadar glukosa darah pasien DM tipe 2. Disarankan juga untuk menambah jumlah sampel dan menggunakan desain longitudinal agar dapat mengamati perubahan kadar glukosa darah dalam jangka waktu tertentu. Selain menggunakan instrumen yang sudah divalidasi, penerapan metode pengukuran yang lebih objektif seperti pemantauan kadar glukosa darah harian dan pencatatan aktivitas fisik juga bermanfaat untuk meningkatkan validitas data.

