

BAB V

PENUTUP

V.1. Kesimpulan

Berdasarkan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti kepada 189 responden dan dijabarkan pada pembahasan di bab IV, mengenai hubungan antara tingkat stres dengan kejadian diabetes mellitus dan hubungan antara pola makan dengan kejadian diabetes mellitus pada usia dewasa saat pandemi COVID-18 di Puskesmas Jatiasih, dapat ditarik kesimpulan yaitu sebagai berikut :

- a. Gambaran karakteristik responden berdasarkan usia menggambarkan responden rata-rata berusia dewasa tengah yaitu 44,47 tahun. Dari karakteristik jenis kelamin menggambarkan bahwa responden mayoritas berjenis kelamin perempuan yaitu sebesar 127 responden dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki sebesar 62 responden. Dari karakteristik riwayat keluarga diabetes mellitus digambarkan bahwa responden yang memiliki riwayat keluarga DM sebesar 139 responden dan 50 responden yang tidak memiliki riwayat keluarga DM. Dari variabel diabetes mellitus digambarkan bahwa responden yang mengalami diabetes mellitus lebih tinggi sebanyak 140 responden dibandingkan yang tidak mengalami diabetes mellitus sebanyak 49 responden.
- b. Gambaran tingkat stres pada pasien usia dewasa di Puskesmas Jatiasih sebagian besar mengalami tingkat stres berat saat Pandemi COVID-19.
- c. Gambaran pola makan pada pasien usia dewasa di Puskesmas Jatiasih sebagian besar memiliki pola makan tidak baik saat Pandemi COVID-19.
- d. Gambaran kejadian diabetes mellitus pada pasien usia dewasa saat Pandemi COVID-19 di Puskesmas Jatiasih sebagian besar menderita diabetes mellitus dibandingkan dengan yang tidak menderita diabetes mellitus.

- e. Adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian diabetes mellitus pada usia dewasa saat pandemi COVID-19 di Puskesmas Jatiasih.
- f. Adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian diabetes mellitus pada usia dewasa saat pandemi COVID-19 di Puskesmas Jatiasih.

V.2. Saran

Setelah dilakukannya penelitian, menurut peneliti terdapat beberapa hal yang perlu menjadi perhatian terkait penelitian ini, saran peneliti diantaranya adalah :

- a. Bagi Responden

Dengan penelitian ini, disarankan agar dewasa yang mengalami dapat menemukan solusi yang tepat seperti relaksasi melalui pernapasan dalam, beribadah, menjalani hobi, berolahraga dan membicarakan keluhan dengan seseorang yang dapat dipercaya. Selain itu, dewasa perlu mengonsumsi makan sesuai pedoman gizi seimbang yaitu 340 gram karbohidrat, 60 gram protein, 60 gram lemak, kadar kolesterol total yang dianjurkan < 300 mg/hari, jumlah kandungan serat 25g/hari, serta gula 4 sendok makan / 25 gram per hari.

- b. Bagi Instansi Pendidikan

Dengan hasil penelitian ini, dapat dijadikan sebagai modul ajar dan dapat dijadikan acuan dalam pengembangan asuhan keperawatan komunitas pada agregat dewasa dengan diabetes mellitus.

- c. Bagi Pelayanan Kesehatan

Dengan hasil penelitian ini, Puskesmas Jatiasih dapat melakukan dengan memulai membuat program pencegahan dan pengendalian diabetes mellitus di poli umum. Serta, asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus juga dapat di *update* dengan diberikannya pendidikan kesehatan diabetes mellitus dengan faktor risiko pola makan dan tingkat stres.

d. Bagi Penelitian Selanjutnya

Disarankan kepada peneliti selanjutnya yang ingin mengembangkan penelitian dalam lingkup kejadian diabetes mellitus dengan menggunakan atau menambahkan variabel lain dari faktor risiko diabetes mellitus seperti perilaku merokok, aktivitas fisik, obesitas dan durasi tidur yang tidak diteliti dalam penelitian ini agar diteliti lebih lanjut. Penelitian selanjutnya juga diharapkan mengembangkan ranah penelitian sehingga dapat dibandingkan dalam penelitian yang sama. Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk penelitian yang akan datang dengan tujuan dikembangkannya ilmu pengetahuan tentang keperawatan.