

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa:

- a. Karakteristik sampel dalam penelitian ini sebagian besar berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 16 orang (53,3%), sebagian besar subjek penelitian memiliki usia dengan kelompok usia 51-60 tahun sebanyak 13 orang (43,3%), dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti diketahui lama menderita DM pada responden yaitu dengan frekuensi terbanyak adalah 5 tahun dan rata-rata lama DM 10 tahun.
- b. Penelitian ini terdiri dari 30 sampel penelitian, 22 orang (73,3%) memiliki kadar HbA1c yang tidak terkontrol ($>7\%$) dan 8 orang (26,7%) memiliki kadar HbA1c terkontrol ($<7\%$).
- c. Pada penelitian ini diketahui pada pasien DM tipe 2 dengan GDS ≤ 130 mg/dl sebanyak 8 orang (26,7 %) dan GDS ≥ 140 mg/dl sebanyak 22 orang (73,3%).
- d. Pada penelitian ini diketahui sebanyak 20 orang (62,5%) memiliki kadar ROS >330 FORT U dan 5 orang (16,7%) dengan kadar ROS < 300 FORT U serta 5 orang (16,7%) dengan kadar ROS antara 300-330 FORT U.
- e. Pada penelitian ini diketahui sebanyak 22 orang (73,7%) memiliki kapasitas antioksidan yang rendah $< 1,07$ mmol/L dan 8 orang (23,3%) dengan kapasitas antioksidan baik $> 1,07$ mmol/L.
- f. Terdapat hubungan yang bermakna antara HbA1c dengan kadar ROS pada pasien DM tipe 2 dengan nilai $p = 0,011$.
- g. Terdapat hubungan yang bermakna antara GDS dengan kadar ROS pada pasien DM tipe 2 dengan nilai $p = 0,011$.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Pasien DM Tipe 2 di RSPAD Gatot Soebroto

- a. Pasien DM tipe 2 diharapkan melakukan kontrol rutin tiap bulannya sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan untuk mengetahui perkembangan penyakit.
- b. Pasien DM tipe 2 diharapkan melakukan pemeriksaan laboratorium darah rutin setiap 3 bulan sekali untuk mengetahui kadar HbA1c dan perkembangan penyakit.
- c. Kendali glukosa darah dikatakan baik dengan rentan ≤ 139 mg/dl untuk mencegah terjadinya peningkatan kadar ROS yang akan berdampak terjadinya komplikasi lebih lanjut pada pasien DM tipe 2.
- d. Pasien DM tipe 2 diharapkan menjaga kepatuhan dalam menjalani pengobatan, diet, dan aktivitas fisik yang cukup untuk menjaga kadar ROS dan kapasitas antioksidan agar tetap baik.
- e. Intervensi awal dan diet yang benar kaya akan antioksidan dapat mengurangi risiko pengembangan komplikasi yang melemahkan dan meningkatkan umur panjang dan kualitas hidup pasien diabetes.

V.2.2 Bagi RSPAD Gatot Soebroto

- a. Perlunya peningkatan *screening* kesehatan dan pemeriksaan kadar ROS pada pasien DM tipe 2 sebagai pemeriksaan yang standar untuk mencegah terjadinya komplikasi dan melihat perjalanan penyakit.
- b. Memberikan edukasi pada pasien dan keluarga pasien DM tipe 2 mengenai stres oksidatif yang dapat mempengaruhi perjalanan penyakit.
- c. Penggunaan antioksidan sebagai terapi DM harus dipertimbangkan karena antioksidan telah menunjukkan efektivitasnya dalam menurunkan risiko perkembangan DM dan komplikasinya.
- d. Status antioksidan total bisa menjadi biomarker awal untuk pemantauan dan evaluasi rutin pasien DM tipe 2.

V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Penelitian ini dapat dikembangkan menjadi penelitian lanjutan dengan judul, sampel, tempat, variabel yang berbeda dan lebih luas.
- b. Menganalisis faktor-faktor lain yang berhubungan dengan stres oksidatif dan diharapkan dapat menggunakan sampel dengan jumlah yang lebih banyak.

