

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Hasil penelitian yang melibatkan 337 mahasiswa mengenai Hubungan Pengetahuan dan Riwayat Genetik Diabetes Melitus dengan Gaya Hidup Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN “Veteran” Jakarta menghasilkan kesimpulan yang sesuai dengan tujuan penelitian, di antaranya:

- a. Gambaran karakteristik dari 337 responden diperoleh rata-rata usianya adalah 19.63 tahun dan mayoritas responden adalah perempuan (94.1%). Mayoritas responden berasal dari S1 Keperawatan (32.3%) dan berasal dari tahun angkatan 2024 (39.5%).
- b. Gambaran tingkat pengetahuan tentang DM pada penelitian ini, mayoritas responden memiliki pengetahuan DM pada tingkat sedang (53.7%).
- c. Gambaran riwayat genetik DM responden pada penelitian ini cenderung tidak memiliki riwayat genetik DM dengan persentase sebesar 55.5% dan lainnya memiliki riwayat genetik DM sebesar 44.5%. Sebagian besar responden memiliki riwayat genetik DM dari nenek (15.4%) dan kakek (11.6%).
- d. Gambaran gaya hidup yang diterapkan mahasiswa pada penelitian ini, mayoritas responden memiliki gaya hidup pada tingkat sedang (47.2%).
- e. Hasil uji analisis *chi-square* diperoleh bahwa terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan DM dengan gaya hidup mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN “Veteran” Jakarta dengan *p-value* = 0.015 ( $p < 0.05$ ).
- f. Hasil uji analisis *chi-square* diperoleh bahwa terdapat hubungan signifikan antara riwayat genetik DM dengan gaya hidup mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN “Veteran” Jakarta dengan *p-value* = 0.025 ( $p < 0.05$ ).

## V.2 Saran

### a. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa dapat memahami bahwa pengetahuan mengenai kesehatan yang dimiliki perlu diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan perbekalan ilmu yang lebih adekuat, mahasiswa dapat menjadi model yang baik di masyarakat dalam penerapan gaya hidup sehat. Mahasiswa yang memiliki riwayat genetik DM dalam keluarga dianjurkan untuk rutin melakukan pemeriksaan kesehatan untuk mengidentifikasi risiko DM sejak dini.

### b. Bagi Instansi Akademik

Diharapkan hasil penelitian ini memiliki kontribusi baik bagi literatur ilmiah dalam bidang keperawatan. Instansi akademik juga dapat memberikan fasilitas atau membentuk kebijakan mengenai program gaya hidup sehat dan mengevaluasinya secara berkala untuk melihat pola hidup mahasiswa dan efektivitasnya. Selain itu, kampus dapat menyediakan akses konsultasi kesehatan dan skrining risiko DM secara berkala bagi mahasiswa.

### c. Bagi Layanan Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk pengembangan program promosi kesehatan mengenai gaya hidup sehat, khususnya dalam pencegahan penyakit DM yang masih menjadi salah satu penyakit tidak menular terbanyak di Indonesia maupun di dunia. Layanan kesehatan dapat menyusun program pencegahan DM yang berfokus pada modifikasi gaya hidup, khususnya untuk kelompok usia muda.

### d. Bagi Penelitian Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat mendalami variabel yang dapat ditelaah lebih jauh berkenaan dengan faktor-faktor pengaruh gaya hidup seseorang secara lebih mendalam, seperti faktor dukungan sosial dan faktor lingkungan. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat melakukan eksplorasi terhadap sasaran penelitian secara lebih luas pada mahasiswa umum/nonkesehatan, sehingga lebih beragam. Peneliti selanjutnya juga dapat melakukan penelitian longitudinal untuk melihat sejauh mana

pengetahuan dan modifikasi gaya hidup dapat memengaruhi risiko penyakit DM.