

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

V.1 Kesimpulan

Dari data yang diperoleh dari rekam medis 104 subjek penelitian di RSPAD Gatot Soebroto Jakarta periode Januari – Desember 2017 didapatkan hasil sebagai berikut :

- a. Pasien didominasi oleh usia 60-69 tahun sebanyak 37 orang, berjenis kelamin perempuan sebanyak 57 orang, dan stadium katarak imatur sebanyak 44 orang.
- b. Pasien lebih banyak menderita diabetes melitus lebih dari 5 tahun sebanyak 29 orang dan status diabetes melitus tidak terkontrol sebanyak 26 orang.
- c. Tidak terdapat hubungan bermakna antara diabetes melitus dengan stadium katarak
- d. Terdapat hubungan bermakna antara lama menderita diabetes melitus dengan kejadian katarak.
- e. Terdapat hubungan bermakna antara status diabetes melitus dengan kejadian katarak.
- f. Terdapat hubungan bermakna antara diabetes melitus tipe 2 dengan kejadian katarak dan pasien dengan diabetes melitus cenderung berisiko 10 kali lipat terkena katarak dibanding dengan yang non-diabetes melitus

V.2 Saran

V.2.1 Saran untuk Pengidap Diabetes Melitus

Untuk pengidap diabetes melitus disarankan menjaga pola hidupnya tetap teratur. Menjaga pola makan dan aktivitas fisik seperti mengonsumsi makanan bergizi rendah lemak dan kalori, olahraga *jogging* atau lari kecil tiga kali seminggu, atau *stretching* minimal 15 menit sehari merupakan salah satu cara efektif menurunkan atau menjaga gula darah tetap terkontrol. Terutama untuk penderita diabetes melitus yang berusia >60 tahun dan para perempuan karena populasi di dunia yang dominan dibanding laki-laki sehingga kecenderungan untuk mengidap diabetes melitus juga lebih besar.

Selain itu, pengidap diabetes melitus juga harus selalu minum obat dengan teratur agar tidak memperparah penyakit yang dideritanya karena masih banyak pasien yang sudah mengidap diabetes melitus lebih dari 5 tahun dan status gula darah tidak terkontrol.

V.2.2 Saran untuk Tempat Penelitian

Pihak poli mata rumah sakit dapat meningkatkan edukasi kepada pasien mengenai faktor risiko yang meningkatkan kejadian katarak salah satunya dengan cara memasang *standing banner* diruang tunggu, menempel poster-poster edukasi, memberikan pamflet ketika kunjungan pasien, memasang video edukasi, ataupun edukasi langsung dari dokter kepada pasien agar komplikasi stadium katarak yang lebih berat dapat dicegah.

V.2.3 Saran untuk Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan metode kuesioner agar memperoleh data yang lebih lengkap dan teknik sampling yang lebih baik seperti teknik *simple random sampling* dan menyertakan variabel lain yaitu status visus pasien yang menderita katarak diabetes sebelum dan sesudah operasi dengan yang tidak menderita katarak untuk melihat keterkaitannya dengan penyakit diabetes melitus.