

BAB V PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Hasil dari penelitian yang melibatkan 96 pasien diabetes melitus tipe 2 mengenai hubungan pola kebiasaan konsumsi minuman berpemanis buatan dengan risiko gagal ginjal kronis pada pasien diabetes menghasilkan kesimpulan yang sesuai dengan tujuan penelitian, antara lain:

- a. Gambaran karakteristik responden didominasi dengan responden berusia 55 tahun, dengan mayoritas berjenis kelamin laki-laki yaitu 52 responden (54,2%), lalu mayoritas responden dengan pendidikan perguruan tinggi sebanyak 52 responden (54,2%). Lalu sebanyak 59 responden memiliki riwayat merokok (61,5%), serta sebagian besar memiliki riwayat diabetes yaitu 59 responden (61,5%),
- b. Gambaran pola kebiasaan konsumsi minuman berpemanis buatan pada penelitian ini menunjukkan 47 responden (49,0%) tidak pernah mengkonsumsi, 11 responden (11,5%) jarang mengkonsumsi. Dan yang masuk kedalam kategori sering mengkonsumsi yaitu 38 responden (39,5%).
- c. Gambaran risiko gagal ginjal kronis pada penelitian cenderung memiliki risiko dengan jumlah 51 responden (53,1%), sedangkan yang tidak berisiko sebanyak 45 responden (46,9%)
- d. Hasil analisis uji Chi-Square menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola kebiasaan konsumsi minuman berpemanis buatan dengan risiko gagal ginjal kronis pada pasien diabetes melitus tipe 2 dengan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti pasien dengan frekuensi konsumsi minuman berpemanis buatan yang lebih sering memiliki peluang lebih besar untuk berada pada kategori berisiko mengalami gagal ginjal kronis dibandingkan pasien yang tidak pernah atau jarang mengonsumsinya.

V.2 Saran

Setelah menyelesaikan penelitian ini, peneliti memberikan masukan yang dapat menjadi acuan untuk memperbaiki kekurangan dalam penelitian ini sehingga penelitian selanjutnya dapat lebih baik. Saran dari peneliti diantaranya :

a. Bagi Mahasiswa

Diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai sumber pengetahuan dan dasar pemahaman mengenai bahaya konsumsi minuman berpemanis buatan terhadap kesehatan, terutama pada pasien diabetes melitus yang memiliki risiko tinggi mengalami komplikasi gagal ginjal kronis. Penelitian ini dapat menjadi bahan pembelajaran untuk memperluas wawasan terkait edukasi kesehatan, promosi perilaku hidup sehat, serta pentingnya pengendalian konsumsi gula pada masyarakat. Selain itu, mahasiswa diharapkan mampu menerapkan hasil penelitian ini dalam praktik keperawatan melalui kegiatan penyuluhan, bimbingan perilaku, maupun penguatan literasi gizi kepada pasien dan keluarga. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan rujukan dalam pengembangan penelitian lanjutan yang lebih mendalam mengenai faktor perilaku dan gaya hidup yang mempengaruhi kondisi pasien diabetes.

b. Bagi Instansi Akademik

Diharapkan Instansi akademik dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai referensi tambahan dalam proses pembelajaran, khususnya pada mata kuliah yang berkaitan dengan keperawatan medikal bedah. Materi terkait konsumsi gula, komplikasi diabetes, serta risiko gagal ginjal dapat dijadikan bagian dari studi kasus atau diskusi kelas agar mahasiswa memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif dan berbasis bukti ilmiah. Selain itu, institusi akademik perlu meningkatkan dukungan terhadap penelitian mahasiswa melalui penyediaan fasilitas, bimbingan intensif, dan kesempatan penelitian yang lebih luas.

c. Bagi Layanan Kesehatan

Diharapkan fasilitas layanan kesehatan seperti rumah sakit, klinik, dan puskesmas dapat memperkuat upaya promotif dan preventif terkait pengurangan konsumsi minuman berpemanis pada pasien diabetes

melitus. Tenaga kesehatan perlu meningkatkan edukasi mengenai bahaya konsumsi gula berlebih, terutama dalam bentuk minuman kemasan atau minuman kekinian yang sering dikonsumsi tanpa disadari dampaknya. Konseling mengenai pola makan sehat, manajemen gula darah, serta pemantauan fungsi ginjal secara berkala sangat penting dilakukan untuk mencegah progresivitas gagal ginjal kronis. Layanan kesehatan juga dapat menyediakan media edukasi seperti poster, leaflet, atau video edukatif agar pasien lebih memahami risiko yang mereka hadapi. Selain itu, kolaborasi antar tenaga kesehatan dalam memberikan pendampingan berkelanjutan kepada pasien sangat diperlukan untuk membantu mereka mengubah kebiasaan konsumsi yang tidak sehat.

d. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan Penelitian berikutnya dapat mengembangkan variabel yang lebih luas, seperti kontrol glukosa darah (HbA1c), pola makan keseluruhan, aktivitas fisik, lama menderita diabetes, indeks massa tubuh, dan faktor-faktor lain yang berpotensi mempengaruhi perkembangan gagal ginjal kronis. Penggunaan desain penelitian yang lebih kuat, seperti longitudinal, juga dapat memberikan gambaran lebih jelas mengenai hubungan jangka panjang antara konsumsi minuman berpemanis buatan dan kerusakan ginjal. Selain itu, penelitian dapat dilakukan pada populasi yang lebih besar dengan lokasi yang bervariasi untuk memperkuat generalisasi hasil. Peneliti selanjutnya juga dapat mempertimbangkan analisis mendalam mengenai perbedaan jenis minuman berpemanis, kadar gula, atau jenis pemanis buatan tertentu terhadap risiko komplikasi ginjal sehingga hasil penelitian dapat memberikan rekomendasi yang lebih spesifik bagi masyarakat maupun tenaga kesehatan.