

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

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

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa:

- a. Faktor usia, riwayat keluarga, IMT, dan aktivitas fisik mempengaruhi DM tipe-2 sebesar 64%, sedangkan sisanya 36% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.
- b. Terdapat hubungan antara usia, riwayat keluarga, IMT, aktivitas fisik, dan hipertensi dengan kejadian DM tipe-2 pada pasien wanita di RS Dustira Kota Cimahi.
- c. Faktor-faktor yang paling dominan berhubungan dengan kejadian DM tipe-2 di RS Dustira Kota Cimahi adalah faktor riwayat keluarga, lalu diikuti secara berurutan faktor usia, IMT dan aktivitas fisik.

#### **V.2 Saran**

##### **V.2.1 Bagi Responden**

Bagi responden yang memiliki faktor risiko seperti memiliki riwayat keluarga menderita DM, IMT lebih dari normal, aktivitas fisik kurang, dan memiliki riwayat hipertensi disarankan untuk lebih berhati-hati menjaga pola hidup dan mengontrol kadar gula darahnya ke pelayanan kesehatan agar bisa dilakukan upaya pengendalian terhadap faktor risiko yang bisa dimodifikasi seperti responden yang memiliki riwayat keluarga menderita DM dan IMT lebih dari normal diharapkan menjaga gaya hidupnya dengan mengatur pola makannya dengan mengurangi makanan yang kadar gulanya tinggi dan disarankan konsumsi makanan yang banyak mengandung serat seperti sayur-sayuran. Disarankan untuk olahraga minimal 3 kali seminggu, olahraga yang rutin terbukti dapat mengendalikan kadar gula darah, membantu menurunkan berat badan, mengurangi risiko penyakit kardiovaskular dan meningkatkan kualitas hidup. Pencegahan dini adalah langkah untuk mengurangi angka kejadian DM di lingkungan masyarakat yang berada di sekitar RS Dustira Kota Cimahi.

### **V.2.2 Bagi Rumah Sakit Dustira Kota Cimahi**

Perlu diadakan peningkatan upaya pelayanan kesehatan seperti promotif, preventif dan rehabilitatif untuk mengurangi angka kejadian DM tipe-2 maupun angka kematian akibat DM tipe-2. Pelayanan kesehatan promotif bisa dilakukan dalam bentuk edukasi kesehatan di RS Dustira mengenai penyakit DM tipe-2 untuk meningkatkan pengetahuan pasien maupun masyarakat sekitar mengenai faktor-faktor apa saja yang dapat memicu terjadinya DM-tipe 2 sehingga mereka dapat melakukan tindakan preventif.

### **V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini dapat dikembangkan menjadi penelitian lanjutan menggunakan metode lain, seperti kohort tentang penyakit DM sehingga peneliti bisa meneliti secara langsung faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian DM. Perlu adanya penelitian yang lebih lanjut yang mengenai variabel-variabel lainnya yang belum diteliti dalam penelitian ini seperti riwayat melahirkan bayi >4kg pada wanita, riwayat diabetes gestasional, pola makan, dan variabel lainnya.

