

BAB V PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dianalisis dan dibahas pada bab sebelumnya, peneliti mengambil kesimpulan antara lain:

- a. Dari 105 pasien diabetes melitus tipe 2 di poli penyakit dalam RS Kepresidenan Pusat Angkatan Darat Gatot Soebroto periode januari-juni tahun 2016 didapatkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 55 orang (52,4%) dan perempuan sebanyak 50 orang (47,6%)
- b. Dari 105 pasien diabetes melitus tipe 2 di poli penyakit dalam RS Kepresidenan Pusat Angkatan Darat Gatot Soebroto periode januari-juni tahun 2016 didapatkan berat badan kurang (*underweight*) sebanyak 1 orang (1%), berat badan normal sebanyak 55 orang (52,4%), berat badan lebih (*overweight*) sebanyak 36 orang (34,3%), obesitas I sebanyak 11 orang (10,5%), dan obesitas II sebanyak 2 orang (1,9%).
- c. Dari 105 pasien diabetes melitus tipe 2 di poli penyakit dalam RS Kepresidenan Pusat Angkatan Darat Gatot Soebroto periode januari-juni tahun 2016 didapatkan 26 orang (24,8%) memiliki gambaran kadar gula darah puasa normal, 17 orang (16,2%) memiliki gambaran kadar gula darah puasa terkontrol, dan 62 orang (59%) memiliki gambaran kadar gula darah puasa tidak terkontrol.
- d. Dari 105 pasien diabetes melitus tipe 2 di poli penyakit dalam RS Kepresidenan Pusat Angkatan Darat Gatot Soebroto periode januari-juni tahun 2016 didapatkan 27 (25,7%) orang memiliki gambaran kadar gula darah 2 jam post prandial normal, 23 (21,9%) orang memiliki gambaran kadar gula darah 2 jam post prandial terkontrol, dan 55 (52,4%) orang memiliki gambaran kadar gula darah post prandial tidak terkontrol.
- e. Dari 105 pasien diabetes melitus tipe 2 di poli penyakit dalam RS Kepresidenan Pusat Angkatan Darat Gatot Soebroto periode januari-juni tahun 2016 didapatkan 9 (8,6%) orang memiliki gambaran kadar HbA1c

normal, 31 (29,5%) orang memiliki gambaran kadar HbA1c terkontrol, dan 65 (61,9%) orang memiliki gambaran kadar HbA1c tidak terkontrol.

- f. Tidak terdapat hubungan bermakna antara indeks massa tubuh dengan HbA1c pada pasien diabetes melitus tipe 2 di poli penyakit dalam RS Kepresidenan Pusat Angkatan Darat Gatot Soebroto periode januari-juni tahun 2016.
- g. Terdapat hubungan bermakna antara gula darah puasa dengan HbA1c pada pasien diabetes melitus tipe 2 di poli penyakit dalam RS Kepresidenan Pusat Angkatan Darat Gatot Soebroto periode januari-juni tahun 2016.
- h. Terdapat hubungan bermakna antara gula darah post prandial dengan HbA1c pada pasien diabetes melitus tipe 2 di poli penyakit dalam RS Kepresidenan Pusat Angkatan Darat Gatot Soebroto periode januari-juni tahun 2016.

V.2 Saran

a. Bagi Pasien Diabetes Melitus Tipe 2

- 1) Disarankan kepada pasien diabetes melitus tipe 2 yang mengalami *overweight*, obesitas I, maupun Obesitas II agar dapat segera mengubah pola hidupnya, terutama perihal makan dan latihan fisik, karena dari hasil penelitian masih terdapat 49 pasien dengan berat badan berlebih (*overweight*, obesitas I, obesitas II) dari total 105 pasien. Seperti yang diketahui, mengatur pola makan dapat mengurangi keadaan *overweight* maupun obesitas yang merupakan faktor resiko dari diabetes dan juga melakukan latihan fisik diketahui dapat mengurangi keadaan *overweight* dan obesitas maupun meningkatkan sensitifitas dari insulin.
- 2) Disarankan kepada pasien diabetes melitus tipe 2 yang mengalami keadaan HbA1c tidak terkontrol maupun gula darah tidak terkontrol untuk segera memperbaiki pola hidupnya, terutama perihal pola makan dan latihan fisik. Hal ini dilakukan untuk mengontrol kadar HbA1c dan gula darah pasien, sehingga dapat menurunkan risiko terjadinya progresifitas penyakit yang kian memburuk dan komplikasi.
- 3) Disarankan kepada pasien diabetes melitus tipe 2 untuk tetap rajin memeriksakan keadaannya ke rumah sakit, hal ini dilakukan demi

mengontrol keadaan dari diabetes melitus itu sendiri agar tetap terjaga dengan baik.

- 4) Diharapkan kepada pasien diabetes melitus tipe 2 yang tidak mengalami keadaan overweight, maupun yang tidak mengalami keadaan gula darah tidak terkontrol untuk tetap menjaga keadaannya seoptimal mungkin, dengan tetap memberlakukan pola hidup yang sehat.

b. Bagi RSPAD

- 1) Disarankan kepada pihak RSPAD dapat membentuk komunitas atau perkumpulan pasien diabetes melitus, dengan adanya perkumpulan tersebut kegiatan rutin untuk para pasien diabetes melitus dapat diberlakukan seperti senam diabetes, pemeriksaan gula darah berkala, edukasi tentang diabetes melitus itu sendiri (penyakit dan cara menanggulangnya) dan pasien juga dapat saling memberikan motivasi kepada satu sama lain untuk dapat membenahi hidup, lalu fungsi lain dari perkumpulan ini yaitu dapat mengurangi frekuensi pasien yang malas datang ke rumah sakit sehingga memudahkan follow up pasien oleh dokter.

c. Bagi Peneliti lain

- 1) Disarankan kepada peneliti lain untuk dapat memperbaiki keterbatasan penelitian ini dengan cara mengambil data primer sehingga keakuratan data dapat lebih terjamin, sehingga penelitian selanjutnya dapat lebih baik lagi.
- 2) Diharapkan kepada peneliti lain agar dapat mencari faktor-faktor lain yang kiranya dapat berhubungan dengan kenaikan kadar HbA1c