

BAB IV

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Kualitas tidur pasien diabetes melitus tipe 2 di Kecamatan Sumbang Kabupaten Banyumas 30.8% baik dan 69.2% buruk.
2. Pasien diabetes melitus tipe 2 di Kecamatan Sumbang Kabupaten Banyumas dengan kategori IMT kurang-normal sebesar 52.3% sedangkan berlebih-obesitas 47.7%
3. Pasien diabetes melitus tipe 2 di Kecamatan Sumbang Kabupaten Banyumas dengan glukosa darah terkontrol sebesar 29.2% dan tidak terkontrol sebesar 70.8%
4. Kualitas tidur berhubungan dengan pengendalian glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Kecamatan Sumbang Kabupaten Banyumas
5. IMT berhubungan dengan pengendalian glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Kecamatan Sumbang Kabupaten Banyumas

B. Saran

Berpijak pada hasil penelitian, maka diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Masyarakat khususnya pasien DM tipe 2 perlu menjaga berat badan agar IMT dalam batas normal serta memperhatikan kualitas tidur sehingga glukosa darah dapat terkendali.
2. Penelitian selanjutnya perlu mengeksplorasi variabel lain yang berhubungan dengan pengendalian glukosa darah seperti tingkat stres.

