

## BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan :

1. Karakteristik partisipan DM di Puskesmas Purwokerto Timur II, dalam penelitian ini mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 39 orang (63,9%), dengan sebagian besar memiliki penyakit DM < 5 tahun, dengan mayoritas berusia lanjut sebanyak 38 orang (62,3%). Sebagian besar partisipan DM tidak memiliki komplikasi sebanyak 34 orang (55,7%), dan mayoritas tingkat pendidikan partisipan yaitu hanya sebatas pendidikan wajib (dasar-menengah) sebanyak 59 orang (96,7%).
2. Gambaran kadar HbA1c sebagian besar berada pada kategori buruk yaitu  $\geq 6,5$  % sebanyak 31 partisipan (50,8%).
3. Gambaran kualitas tidur sebagian besar berada pada kategori buruk sebanyak 33 partisipan (54,1%) dengan skor instrumen PSQI > 5.
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara kadar HbA1c dengan kualitas tidur pada pasien DM di Puskesmas Purwokerto Timur II dengan nilai *p value* 0,00 yang artinya H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>1</sub> diterima. Hasil analisis regresi didapatkan nilai OR sebesar 130,667 artinya pasien yang memiliki kadar HbA1c buruk beresiko mengalami kualitas tidur buruk sebesar 130,667 kali dibanding pasien dengan kadar HbA1c baik. Kesimpulannya jika kadar HbA1c buruk dapat berakibat kualitas tidur buruk .

### B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi institusi pendidikan  
Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi terkait hubungan kadar HbA1c dengan kualitas tidur, dan dapat dijadikan

acuan untuk pengembangan ilmu keperawatan khususnya dalam hal intervensi.

2. Bagi pelayanan kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan sebagai evaluasi dalam memberikan pelayanan kesehatan baik berupa intervensi pendidikan kesehatan atau intervensi yang lainnya agar pasien DM dapat lebih memperhatikan pengendalian kadar HbA1c.

3. Bagi masyarakat umum

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi agar lebih patuh dalam pengendalian kadar HbA1c dengan menjaga nilai kadar gula darah dalam rentang normal, sehingga akan meningkatkan kualitas tidur.

4. Bagi penelitian selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menganalisis lebih dalam dan lengkap dengan memerhatikan faktor-faktor yang dapat memengaruhi kadar HbA1c dan kualitas tidur, serta menemukan intervensi yang dapat diberikan pada pasien DM terkait pengendalian kadar HbA1c untuk meningkatkan kualitas tidur pasien DM.

