

## BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Dapat ditarik kesimpulan dari penelitian "Hubungan Kepatuhan Diet dan Dukungan Keluarga Terhadap Kadar HbA1c pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Prolanis Puskesmas Purwokerto Barat", bahwa:

1. Responden didominasi oleh perempuan (76,7%) yang merupakan ibu rumah tangga (65,1%). Rentang usia responden terbanyak adalah 46-65 tahun sebanyak 23 orang (53,5%). Pada jenjang pendidikan responden menunjukkan bahwa paling banyak merupakan lulusan SD (39,5%). Hampir semua responden mengaku mengkonsumsi obat pengontrol kadar gula darah secara rutin (95,3%). Pengukuran status gizi responden menunjukkan sebagian besar memiliki status gizi normal (58,1%) dengan rentang IMT sebesar 18,5-25,0 kg/m<sup>2</sup>.
2. Gambaran kepatuhan terhadap diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Prolanis Puskesmas Purwokerto Barat yaitu 46,5% responden mempunyai kepatuhan diet baik, 44,2% memiliki kepatuhan diet cukup, dan 9,3% memiliki kepatuhan diet buruk.
3. Gambaran dukungan keluarga pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Prolanis Puskesmas Purwokerto Barat yaitu 44,2% memiliki dukungan keluarga yang baik, 48,8% menerima dukungan keluarga yang cukup, dan 7% kurang mendapatkan dukungan keluarga.
4. Gambaran kadar HbA1c pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Prolanis Puskesmas Purwokerto Barat sebanyak 51,2% memiliki kadar HbA1c baik atau terkontrol dan sebanyak 48,8% memiliki kadar HbA1c buruk atau tidak terkontrol.
5. Terdapat hubungan ( $\rho = 0,039$ ;  $p < 0,05$ ) antara kepatuhan diet dengan kadar HbA1c pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Prolanis Puskesmas Purwokerto Barat. Semakin baik tingkat kepatuhan diet pasien diabetes melitus tipe 2 maka semakin baik kadar HbA1c pasien tersebut.

6. Tidak terdapat hubungan ( $\rho = 0,892$ ;  $p > 0,05$ ) yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kadar HbA1c pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Prolanis Puskesmas Purwokerto Barat.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah sumber referensi dan daftar pustaka tentang kepatuhan diet dan dukungan keluarga terhadap kadar HbA1c pada penderita diabetes melitus tipe 2 untuk digunakan sebagai bahan penelitian tambahan. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan untuk menggunakan metode kualitatif atau campuran (mixed-methods) guna menggali lebih dalam alasan dibalik ketidakpatuhan diet, hambatan dalam menerima dukungan keluarga, serta persepsi pasien terhadap manajemen penyakit juga kaitannya dengan kadar HbA1c.

### **2. Bagi Responden**

Bagi responden diharapkan lebih meningkatkan kepatuhan dengan tetap menjaga waktu makan, mengurangi makanan manis, gorengan atau yang mengandung banyak lemak, diimbangi juga dengan rutin melakukan pemeriksaan HbA1c, serta konsumsi obat antidiabetik. Bagi keluarga responden juga diharapkan memberikan dukungan dalam setiap usaha pengobatan responden terutama saat di rumah dengan mengingatkan waktu makan, mengawasi kebiasaan makan dan jenis makanan yang dikonsumsi sehari-hari, dan memberikan motivasi agar responden senantiasa tetap konsisten dengan pengobatannya.

### **3. Bagi Puskesmas**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan pihak Puskesmas untuk memberikan informasi mengenai hubungan kepatuhan diet dan dukungan keluarga terhadap kadar HbA1c pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Prolanis Puskesmas Purwokerto Barat. Diharapkan pula tenaga kesehatan dapat menyediakan program penyuluhan dan konsultasi yang lebih efisien,

terutama berkaitan dengan perencanaan makan secara personal bagi pasien diabetes melitus tipe 2.

#### 4. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi institusi pendidikan, khususnya di bidang kesehatan, untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa mengenai pentingnya kepatuhan diet dan dukungan keluarga dalam pengelolaan diabetes melitus tipe 2. Institusi juga dapat menggunakan temuan ini sebagai dasar untuk merancang program pendidikan atau pelatihan yang berfokus pada pendekatan holistik dalam menangani pasien dengan penyakit kronis.

