

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Pasien DM tipe 2 mayoritas berusia berisiko (≥ 40 tahun) dengan riwayat keluarga sebanyak 9 orang (23,1%). Memiliki IMT normal sebanyak 8 orang (20,5%) dengan pola makan yang tidak baik sebanyak 37 orang (94,9%), tidak melakukan latihan fisik sebanyak 26 (66,7%), dan merokok sebanyak 38 orang (97,4%).
2. Variabel yang berhubungan terhadap kejadian DM tipe 2 yaitu riwayat keluarga menderita DM tipe 2, dan pola makan.
3. Variabel yang tidak berhubungan terhadap kejadian DM tipe 2 antara lain usia, latihan fisik, kebiasaan merokok, dan IMT.
4. Variabel yang paling berpengaruh terhadap kejadian DM tipe 2 yaitu riwayat keluarga menderita DM tipe 2.
5. Variabel yang tidak berpengaruh terhadap kejadian DM tipe 2 antara lain kebiasaan merokok, latihan fisik, dan pola makan.

B. Saran

1. Bagi Masyarakat

Periksa kadar gula darah secara berkala guna mencegah kejadian DM tipe 2. Mengatur pola makan dan melakukan latihan fisik secara teratur, terutama bagi orang yang memiliki riwayat keluarga DM.

2. Bagi Puskesmas Kedungbanteng

Meningkatkan edukasi dan promosi kesehatan terkait faktor risiko DM tipe 2 serta pemerataan layanan seperti posbindu untuk mendukung deteksi dini di seluruh wilayah Kecamatan Kedungbanteng.

3. Bagi Jurusan Kesehatan Masyarakat Unsoed

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dikembangkan dengan penelitian selanjutnya terutama dalam bentuk penelitian kualitatif untuk mendapatkan informasi yang lebih mendalam.

4. Bagi Peneliti

Peneliti diharapkan dapat mengembangkan penelitiannya dari sisi lain pengendalian DM tipe 2. Selain itu, peneliti diharapkan dapat mengembangkan kembali kemampuan risetnya agar memperoleh hasil yang lebih akurat.

