

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan hal-hal berikut:

1. Kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus rawat jalan, berdasarkan data menunjukkan sejumlah 71,5% memiliki kadar gula darah puasa yang tinggi atau ≥ 126 mg/dL, yang menunjukkan bahwa banyak pasien di RSUD Kabupaten Karangasem mengalami kondisi diabetes yang tidak terkontrol.
2. Kadar kolesterol total pada pasien diabetes mellitus rawat jalan, berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa 66,7% pasien memiliki kadar kolesterol total yang tinggi atau ≥ 240 mg/dL, yang mengindikasikan tingginya prevalensi dislipidemia pada pasien diabetes rawat jalan.
3. Hasil analisis menggunakan uji korelasi *Pearson* menunjukkan kekuatan hubungan yang tergolong sedang ($r = 0,643$) dengan tingkat signifikansi *p-value* 0,000 ($p < 0,05$). Kekuatan hubungan ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kadar gula darah puasa dan kadar kolesterol total. Artinya, peningkatan kadar gula darah cenderung diikuti oleh peningkatan kadar kolesterol total, meskipun hubungan ini tidak selalu konsisten pada seluruh responden. Namun demikian, arah hubungan antara kedua variabel tetap jelas dan signifikan secara statistik, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kadar gula darah puasa dan kadar kolesterol total pada pasien diabetes mellitus rawat jalan di RSUD Kabupaten Karangasem.

B. Saran

1. Untuk masyarakat

Masyarakat, khususnya yang berisiko atau sudah menderita diabetes mellitus, disarankan untuk menjaga pola makan sehat dengan mengurangi gula dan lemak jenuh, serta meningkatkan konsumsi serat dari buah dan sayuran. Selain itu, peningkatan aktivitas fisik seperti olahraga rutin dapat membantu mengontrol kadar gula darah dan kolesterol. Pemeriksaan kesehatan rutin juga penting untuk mendeteksi masalah sejak dini dan mencegah komplikasi lebih lanjut.

2. Untuk peneliti selanjutnya

Penelitian selanjutnya sebaiknya melibatkan sampel yang lebih besar dan mempertimbangkan faktor lain yang mempengaruhi kadar gula darah dan kolesterol, seperti kebiasaan merokok dan riwayat keluarga. Penelitian longitudinal juga disarankan untuk memahami perubahan kadar gula darah dan kolesterol dari waktu ke waktu serta dampaknya terhadap kesehatan jangka panjang pasien diabetes mellitus.