

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan merokok dengan kadar Gula Darah Sewaktu (GDS) pada orang dewasa dengan Diabetes Melitus di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2026, dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 50–59 tahun (87,8%), seluruh responden berjenis kelamin laki-laki (100%), memiliki tingkat pendidikan SMA/SMK (39,0%), dan bekerja sebagai wiraswasta/pedagang/jasa (36,6%).
2. Sebagian besar responden mengonsumsi rokok filter (78,0%), termasuk dalam kategori perokok berat dengan konsumsi lebih dari 12 batang rokok per hari (61,0%), serta memiliki lama merokok lebih dari 5 tahun (87,8%).
3. Sebagian besar responden memiliki kadar Gula Darah Sewaktu (GDS) yang tidak terkontrol (≥ 200 mg/dL), yaitu sebanyak 29 responden (70,7%).
4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara merokok: jenis rokok, jumlah batang rokok, dan lama merokok dengan kadar Gula Darah Sewaktu (GDS) pada orang dewasa dengan Diabetes Melitus di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2026. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa jenis rokok berdasarkan uji *Fisher's Exact Test* memiliki nilai $p=1,000$, sedangkan jumlah batang rokok berdasarkan uji *Spearman Rank* memiliki nilai $r=-0,105$ dan $p=0,513$, serta lama merokok berdasarkan uji

Spearman Rank memiliki nilai $r=0,092$ dan $p=0,568$. Seluruh hasil menunjukkan nilai $p>0,05$ sehingga tidak terdapat hubungan yang signifikan antara ketiga variabel merokok tersebut dengan kadar Gula Darah Sewaktu.

B. Saran

a. Bagi Responden

Diharapkan tetap menerapkan pola hidup sehat dengan menghentikan kebiasaan merokok, menjaga pola makan sesuai anjuran, melakukan aktivitas fisik secara teratur, mematuhi pengobatan, serta melakukan pemeriksaan kadar gula darah secara berkala agar pengendalian Diabetes Melitus tetap optimal.

b. Bagi UPTD Puskesmas I Denpasar Barat

Diharapkan dapat terus meningkatkan kegiatan edukasi mengenai bahaya merokok serta pentingnya pengendalian kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus melalui penyuluhan, konseling, dan program berhenti merokok sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan Diabetes Melitus seperti pola makan, aktivitas fisik, obesitas, riwayat keluarga, dan konsumsi alkohol, serta menggunakan jumlah sampel yang lebih besar agar diperoleh hasil yang lebih komprehensif.