

## BAB VI

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan mengenai hubungan antara kadar vitamin D serum dengan kadar HbA1c pada pasien diabetes melitus di Laboratorium Klinik Prodia Denpasar, dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Responden pada penelitian ini lebih banyak responden wanita sebanyak 113 orang (52.6%) dan responden laki-laki sebanyak 102 orang (47.4%). Berdasarkan usia sebagian besar responden merupakan kategori manula yaitu pada rentang usia >65 tahun sebanyak 62 orang (28.8%).
2. Kadar vitamin D serum sebagian besar ada pada kelompok insufisiensi sebanyak 93 orang (43.3%), sufisiensi sebanyak 79 orang (36.7%), defisiensi sebanyak 43 orang (20%) dan tidak ada yang memiliki status toksisitas (0%).
3. Kadar HbA1c pada 215 responden diabetes melitus diketahui sebanyak 182 orang ( 84.7%) memiliki kadar HbA1c terkontrol baik, sebanyak 23 orang ( 10.7%) memiliki kadar HbA1c tidak terkontrol, dan sebanyak 10 orang (4.7%) memiliki kadar HbA1c terkontrol sebagian).
4. Kadar vitamin D serum memiliki hubungan ( $p < 0,05$ ) dengan kadar HbA1c secara statistik, yang menunjukkan hubungan negatif ( $r = -0.337$ ), sehingga penurunan status vitamin D berbanding terbalik dengan peningkatan kadar HbA1c.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kadar vitamin D serum dengan kadar HbA1c, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

### **1. Pasien Diabetes Melitus**

Diharapkan pasien diabetes melitus menjaga kadar gula darah dan HbA1c agar tetap dalam batas normal guna mencegah komplikasi dengan terapi rutin, pola makan sehat, serta melakukan aktivitas fisik secara rutin. Menjaga kecukupan vitamin D melalui suplementasi tablet vitamin D, pola makan, dan aktifitas di bawah sinar matahari yang cukup juga dapat dilakukan untuk menjaga kontrol glikemik dalam tahap terkendali.

### **2. Tenaga Kesehatan**

Tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan edukasi mengenai manajemen diabetes secara komprehensif, termasuk pengaturan diet, aktivitas fisik, serta kepatuhan terhadap terapi obat. Mengingat masih banyaknya pasien dengan hasil HbA1c tidak terkontrol perlu dikaji ulang mengenai tata laksana terapi alternatif misalnya dengan penambahan suplementasi vitamin D. Dan penjadwalan pemeriksaan kadar vitamin D serum rutin bagi pasien-pasien dengan diabetes melitus.

### **3. Peneliti Selanjutnya**

Diperlukan penelitian lanjutan dengan desain analitik multivariat untuk menilai pengaruh faktor-faktor lain seperti pola makan, durasi menderita diabetes, terapi obat, dan indeks massa tubuh terhadap kadar HbA1c pada penderita diabetes melitus.