

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan tujuan khusus mengenai hubungan kadar gula darah puasa dan HbA1c pada pasien diabetes melitus tipe 2 di RSUD Wangaya, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebagian besar pasien diabetes melitus tipe 2 memiliki kadar glukosa darah puasa yang tinggi, yang menunjukkan bahwa kontrol glikemik jangka pendek masih belum optimal.
2. Sebagian besar pasien juga memiliki kadar HbA1c yang tidak terkontrol, yang menandakan kontrol glikemik jangka panjang masih belum optimal.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara kadar glukosa darah puasa dengan HbA1c pada pasien diabetes melitus tipe 2, di mana peningkatan kadar GDP diikuti dengan peningkatan nilai HbA1c.

B. Saran

Adapun saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitain ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi tenaga kesehatan agar secara teratur memantau kadar glukosa puasa dan hemoglobin terglikasi (HbA1c) sebagai ukuran untuk menilai kontrol glikemik jangka pendek dan jangka panjang. Memeberikan edukasi kepada pasien, termasuk pentingnya menjaga kadar glukosa darah tetap stabil dengan menjaga gaya hidup sehat, seperti mengontrol diet dengan

membatasi konsumsi makanan tinggi gula dan lemak, melakukan aktivitas fisik secara teratur setidaknya 30 menit sehari, menjaga berat badan yang sehat, mengikuti pengobatan yang diresepkan oleh tenaga kesehatan, dan menjalani pemeriksaan kesehatan rutin untuk mencegah komplikasi diabetes.

2. Bagi penderita diabetes tipe 2 merekomendasikan agar mereka mengonsumsi makanan yang seimbang dan kaya nutrisi, membatasi konsumsi makanan dan minuman manis, berolahraga secara teratur, tidak merokok, cukup tidur, dan mematuhi rencana pengobatan serta semua jadwal pemeriksaan rutin. Pemantauan rutin kadar glukosa darah dan HbA1c juga sangat dianjurkan untuk memastikan pengendalian glukosa darah yang optimal dan meminimalkan risiko komplikasi.
3. Bagi peneliti selanjutnya mengingat keterbatasan penelitian ini, peneliti merekomendasikan agar penelitian selanjutnya memperluas cakupannya untuk mencakup variabel-variabel yang dapat memengaruhi kadar glukosa darah puasa dan HbA1c. Variabel-variabel ini meliputi pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan terhadap terapi, jenis obat yang digunakan, lama menderita diabetes, dan adanya anemia. Diharapkan hal ini akan memberikan pandangan yang lebih komprehensif tentang faktor-faktor yang memengaruhi kedua indikator tersebut.