

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran kadar HbA1C pada penderita diabetes mellitus usia produktif di RS Mardi Waluyo Kota Metro tahun 2019-2020 diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Distribusi frekuensi kadar HbA1C dari 450 sampel didapatkan rata-rata kadar HbA1C 10,7%, nilai terendah 4,6%, dan nilai tertinggi 14%.
2. Persentase kadar HbA1C berdasarkan jenis kelamin didapatkan jumlah penderita DM yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 270 orang (60%), terbanyak memiliki kriteria buruk 235 orang (87,1%), sedangkan laki-laki berjumlah 180 orang (40%), terbanyak memiliki kriteria buruk 142 orang (78,9%).
3. Persentase kadar HbA1C berdasarkan kelompok usia, didapatkan jumlah penderita DM terbanyak terdapat pada kelompok usia 55-64 tahun yaitu 209 orang (46,4%), kriteria baik 10 orang (4,8%), kriteria sedang 17 orang (8,1%), dan kriteria buruk 182 orang (87,1%), sedangkan pengendalian terburuk pada kelompok usia 15-24 tahun yaitu 5 orang (1,1%), kriteria buruk 5 orang (100%).
4. Persentase kriteria DM, didapatkan jumlah penderita DM kriteria baik 27 orang (6%), kriteria sedang 46 orang (10,2%), dan kriteria buruk 377 orang (83,8%).

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, peneliti menyarankan agar :

1. Bagi penderita Diabetes Mellitus dihibau untuk rutin melakukan pemeriksaan kadar glukosa, makan secara teratur, melakukan olahraga setidaknya seminggu sekali, tidak merokok, mengurangi makanan yang mengandung gula berlebih sehingga kadar gula dalam darah penderita tidak terlalu tinggi dan melakukan pemeriksaan HbA1C setidaknya 2-3 kali dalam setahun untuk mengetahui kontrol glukosa.
2. Untuk peneliti selanjutnya, disarankan untuk menambahkan lebih banyak variabel yang mempengaruhi kadar HbA1C pada penderita Diabetes Mellitus.