

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka kesimpulan yang dapat diambil dalam penelitian ini adalah :

5.1.1 Hasil distribusi frekuensi karakteristik berdasarkan pengetahuan yang baik 93,4%, pola makan yang baik 67,2%, genetik yang tidak ada 91,3%, budaya yang baik 71,6%, usia yang 26-33 tahun 38,8%, tingkat pendidikan yang SMA 74,3%, jenis kelamin yang perempuan 68,9%, pekerjaan yang karyawan swasta 36,6%.

5.1.2 hasil uji statistik menunjukan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan Kejadian Diabetes Melitus dipuskesmas cisalak pasar kota depok dengan nilai $p\text{-value}=0.030 < \text{dari } 0,05$

5.1.3 Hasil uji statistik menunjukan tidak adanya hubungan yang signifikan antara genetik (keturunan), budaya, dan pengetahuan, dengan Kejadian Diabetes Melitus dengan nilai genetik ($p\text{-value}=0,605$), budaya dengan nilai ($p\text{-value}=1,000$), dan pengetahuan dengan nilai ($p\text{-value}=0,230$) $>$ dari 0,05

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat diharapkan menjalankan pola makan sehat didefinisikan sebagai pola makan dengan perencanaan 3J yaitu jumlah, jenis, dan jadwal makan yang teratur. Pola makan yang tidak sehat menyebabkan tidak adanya keseimbangan antara karbohidrat dan kandungan lain yang dibutuhkan oleh tubuh. Hal ini akan mengakibatkan kandungan gula di dalam tubuh menjadi tinggi melebihi kapasitas kerja pankreas dan mengakibatkan terjadinya diabetes melitus.

5.2.2 Bagi Kesehatan

Hasil penelitian ini sangat diharapkan menjadi sumber referensi kesehatan dan pustaka yang berkaitan dengan kejadian Diabetes Melitus.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian Diabetes Melitus dan menambah variable Faktor-faktor yang lebih banyak.

5.2.4 Bagi Puskesmas.

Bagi puskesmas diharapkan dapat meningkatkan edukasi terhadap masyarakat dalam pencegahan kejadian Diabetes melitus dalam menerapkan sesuai dari kementrian kesehatan.