

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Penelitian yang dilakukan pada 80 orang yang menderita diabetes tipe 2 di Puskesmas Sindangbarang Bogor mencapai kesimpulan berikut :

- 1) Karakteristik demografi didapatkan usia 41 – 65 tahun dengan jumlah 67%, perempuan berjumlah 76,3%, SMA/SMK dengan jumlah 41,3%, dan Ibu Rumah Tangga dengan jumlah 61,4%.
- 2) Jumlah responden yang tidak memiliki riwayat DM yang diturunkan oleh keluarga lebih banyak, yaitu 60,0%.
- 3) Sebanyak 80,0% responden mayoritas terdiagnosis DM dan 72,5 % responden mayoritas memiliki tidak mengalami BED.
- 4) Terdapat hubungan antara *binge eating disorder* dengan kejadian diabetes mellitus tipe 2 dengan, *p-value*  $0,008 < 0,05$ .

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Bagi Puskesmas Sindangbarang Bogor

Puskesmas Sindangbarang dapat lebih fokus dalam mendeteksi dini perilaku makan berlebihan (BED) pada pasien, serta mengamati bagaimana hubungan dengan DM tipe 2. Penting untuk puskesmas mengembangkan pelatihan bagi tenaga medis, agar lebih paham mengenali BED sebagai faktor risiko diabetes dan dapat memberi penanganan yang tepat.

### 5.2.2 Bagi Perawat

Perawat di Puskesmas Sindangbarang disarankan untuk memperdalam cara mendeteksi dini dan menangani BED pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. Pelatihan mengenai cara mengenali gejala BED dan cara penanganannya yang tepat sangat membantu dalam meningkatkan kualitas perawatan bagi pasien.

### 5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi referensi untuk penelitian berikutnya, hal ini menambah pemahaman mahasiswa dan peneliti tentang kaitan antara BED dan DM tipe 2, serta menambah literatur dalam bidang kesehatan.

### 5.2.4 Bagi Penderita DM Tipe 2

Pasien yang menderita DM tipe 2 disarankan untuk lebih berhati-hati dengan pola makan mereka dan memahami dampak perilaku makan berlebihan (BED) terhadap kesehatan. Memberikan edukasi tentang cara mengatur pola makan yang sehat dan potensi bahaya dari BED bisa

membantu pasien menghindari komplikasi lebih lanjut dan menjaga kadar gula darah tetap stabil.

#### 5.2.5 Bagi Masyarakat

Masyarakat perlu diberikan pemahaman lebih tentang hubungan antara BED dan Diabetes Mellitus Tipe 2 melalui seminar atau informasi di media sosial agar masyarakat lebih sadar akan tanda-tanda gangguan makan berlebihan dan pentingnya menjaga pola makan yang sehat untuk mencegah penyakit terkait.

