

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang kecemasan dan nilai kadar gula darah sewaktu (GDS) penyandang DM tipe 2 di Puskesmas Kalasan dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Tingkat kecemasan penyandang diabetes melitus tipe-2 di Puskesmas Kalasan dalam kategori sedang.
- b. Kadar kadar gula darah sewaktu (GDS) di Puskesmas Kalasan dalam kategori tinggi.
- c. Terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan kadar gula darah sewaktu (GDS) pada penyandang diabetes melitus tipe-2 di Puskesmas Kalasan.

B. Saran

1. Bagi penderita DM tipe 2 diharapkan dapat memahami bahwa kecemasan bisa memperburuk kontrol gula darah, sehingga diharapkan penderita DM tipe 2 dapat mengurangi kecemasan. Disarankan juga untuk selalu aktif dalam melakukan kegiatankegiatan di masyarakat seperti mengikuti kelompok senam diabetes ataupun dapat melakukan kegiatan olahraga ringan dengan melakukan jalan sehat atau senam kaki DM sehingga dapat membantu meningkatkan kebugaran secara fisik yang pada akhirnya akan mampu membuat tubuh lebih rileks dalam menghadapi kondisi saat sakit.
2. Bagi anggota keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan sosial bagi penderita DM tipe 2 agar kecemasan pada penderita dapat berkurang.
3. Bagi Puskesmas Kalasan diharapkan dapat meningkatkan perannya dengan memberikan edukasi terkait dengan penyakit DM serta memberikan motivasi pada penderita.

4. Bagi penelitian selanjutnya yang akan melakukan penelitian kecemasan dengan kadar gula darah sewaktu diharapkan menggunakan jumlah sampel penelitian yang lebih banyak serta menggunakan metode penelitian yang lebih kuat.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
PEPUSTAKAAN
YOGYAKARTA