

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan yaitu tentang analisis faktor stres terhadap asupan makan dan kadar glukosa darah pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Mulyorejo Kota Malang dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Karakteristik pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Mulyorejo Kota Malang sebagian besar berusia diatas 45 tahun dan berjenis kelamin perempuan. Lama menderita DM paling banyak kurang dari 5 tahun dan memiliki penyakit penyerta.
2. Berdasarkan perhitungan tingkat stres menggunakan tes *DASS 42*, ditemukan 25% pasien diabetes melitus tipe 2 mengalami stres berat.
3. Asupan makan pada pasien diabetes melitus tipe 2 di puskesmas Mulyorejo Kota Malang bervariasi, antara lain asupan karbohidrat mayoritas dalam kategori kurang, asupan protein mayoritas dalam kategori baik, dan asupan lemak mayoritas dalam kategori baik.
4. Tingkat stress memiliki kecenderungan meningkatkan asupan karbohidrat, protein dan lemak namun tidak signifikan antara stres terhadap asupan karbohidrat, protein, dan lemak pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Mulyorejo Kota Malang.
5. Tingkat stres memiliki kecenderungan untuk meningkatkan kadar glukosa darah namun tidak signifikan pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Mulyorejo Kota Malang.

B. Saran

1. Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Mulyorejo masih banyak yang belum patuh terhadap penatalaksanaan diabetes melitus tepat jumlah, jenis, dan jam sehingga perlu diadakan penyuluhan dan pendampingan agar penatalaksanaan diabetes melitus dilakukan secara optimal.
2. Peran keluarga dibutuhkan dalam pengontrolan rasa stress pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Mulyorejo Kota Malang

khususnya dalam masa pandemi covid 19 dalam mencapai kadar glukosa darah yang normal.