

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan tingkat stres dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2026, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Kurang dari separuh responden (47,2%) mengalami tingkat stres sedang, sedangkan 27,8% mengalami tingkat stres ringan dan 25,0% mengalami tingkat stres berat pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2026.
2. Lebih dari separuh responden (62,5%) memiliki kadar gula darah tidak terkontrol, sedangkan 37,5% memiliki kadar gula darah terkontrol pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2026.
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2026. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga hipotesis penelitian diterima. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres yang dialami pasien, semakin besar kecenderungan kadar gula darah berada pada kondisi tidak terkontrol.

B. Saran

1. Bagi Puskesmas Belimbing

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukan bagi Puskesmas Belimbing Kota Padang dalam meningkatkan upaya edukasi dan pendampingan mengenai pengelolaan stres pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2. Edukasi dapat diberikan mengenai cara mengenali tanda-tanda stres dan menerapkan strategi koping yang adaptif, sehingga pasien mampu mengelola stres dengan baik dan mendukung pengendalian kadar gula darah.

2. Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan pengalaman peneliti dalam memahami hubungan tingkat stres dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2, serta meningkatkan kemampuan peneliti dalam menerapkan ilmu keperawatan, khususnya dalam pelaksanaan penelitian dan pengelolaan pasien Diabetes Melitus Tipe 2.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk meneliti faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2, seperti kepatuhan pengobatan, aktivitas fisik, pola makan, dukungan keluarga, efikasi diri, maupun faktor psikologis lainnya, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan pengendalian kadar gula darah.

4. Bagi Universitas Alifah Padang

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi ilmiah dan bahan bacaan bagi mahasiswa Universitas Alifah Padang, khususnya pada bidang keperawatan medikal bedah, serta menjadi dasar bagi pengembangan penelitian selanjutnya mengenai hubungan faktor psikologis dengan pengendalian kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2.

