

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan aktivitas fisik dan dukungan keluarga dengan pengendalian kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Andalas Tahun 2026, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hampir separuh memiliki aktivitas fisik rendah yaitu sebanyak 43 responden (48,9%), sedangkan aktivitas fisik sedang sebanyak 32 responden (36,4%).
2. Lebih dari separuh memiliki dukungan keluarga kurang baik yaitu sebanyak 50 responden (56,8%).
3. Lebih dari separuh responden memiliki pengendalian kadar glukosa darah tidak terkontrol yaitu sebanyak 68 responden (77,3%).
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan pengendalian kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Tahun 2026, dengan hasil uji Chi-Square diperoleh $p\text{-value} = 0,007$ ($p < 0,05$).
5. Terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan pengendalian kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Andalas Tahun 2026, dengan hasil uji Chi-Square diperoleh $p\text{-value} < 0,001$ ($p < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi Puskesmas Andalas

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukan bagi Puskesmas Andalas dalam meningkatkan upaya promotif dan preventif melalui penyuluhan kesehatan mengenai pentingnya aktivitas fisik serta dukungan keluarga dalam pengendalian kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2. Selain itu, tenaga kesehatan diharapkan dapat melibatkan keluarga dalam program edukasi dan pemantauan pasien agar pengendalian kadar glukosa darah menjadi lebih optimal.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dan bahan pembelajaran bagi mahasiswa, khususnya di bidang keperawatan, mengenai hubungan aktivitas fisik dan dukungan keluarga dengan pengendalian kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2. Penelitian ini juga diharapkan dapat menambah wawasan serta menjadi sumber informasi untuk pengembangan ilmu keperawatan.

3. Bagi Pasien dan Keluarga

Diharapkan pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dapat meningkatkan aktivitas fisik secara teratur sesuai dengan kemampuan dan anjuran tenaga kesehatan serta melibatkan keluarga dalam menjalani pengobatan, pengaturan pola makan, dan kontrol kesehatan secara rutin agar kadar glukosa darah tetap terkontrol dan risiko komplikasi dapat diminimalkan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang dapat memengaruhi pengendalian kadar glukosa darah, seperti kepatuhan minum obat, pola makan, lama menderita diabetes, tingkat pengetahuan, stres, dan status gizi. Penelitian selanjutnya juga diharapkan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar atau metode penelitian yang berbeda agar diperoleh hasil yang lebih komprehensif.

