

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara stres dan kadar glukosa darah pada subyek penyandang DM Tipe 2. Hal tersebut dapat dilihat dari koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,953 dengan $p=0,000 (<0,01)$ yang berarti semakin tinggi tingkat stres maka cenderung tinggi pula kadar glukosa darah, sebaliknya semakin rendah tingkat stres maka cenderung rendah kadar glukosa. Stres memberikan kontribusi sebesar 90,8% yang dapat dilihat dari nilai R square 0,908. Sedangkan dari hasil kategorisasi dapat diketahui bahwa subyek yang memiliki hasil kadar glukosa darah tinggi sebesar 55,10% kategorisasi sedang sebesar 20,40% dan kategori rendah sebesar 24,5%. Subyek penyandang DM Tipe 2 yang berjumlah 49 orang juga diketahui memiliki tingkat stres kategorisasi tinggi sebesar 0%, kategorisasi sedang sebesar 55,1% dan kategori rendah sebesar 44,9%.

Tidak ada perbedaan signifikan baik tingkat stres maupun kadar glukosa darah pada kelompok subjek pria dan wanita, namun terdapat perbedaan signifikan dari tingkat stres dan kadar gula darah pada kelompok usia, yaitu kelompok usia dewasa madya memiliki tingkat stres dan kadar glukosa darah yang lebih tinggi dibandingkan kelompok usia dewasa akhir dengan nilai tingkat stres Mean=81,00 pada kelompok dewasa madya dan Mean=76,33 pada dewasa ahir, dan nilai kadar glukosa darah Mean=170,00 pada dewasa madya dan Mean=138,27 pada kelompok dewasa akhir.

B. Saran

Saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagi Subjek

Bagi para penyandang DM Tipe 2 agar dapat menjaga kadar glukosa darah dengan cara mengelola stres.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Dari hasil penelitian stress memiliki kontribusi sebesar 90,8% terhadap kadar peningkatan kadar glukosa darah pada penyandang DM Tipe 2 maka perlu dilakukan penelitian untuk melihat lebih lanjut terhadap penyebab stres, agar dapat dilakukan pengelolaan yang lebih tepat.