

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut.

1. Prevalensi diabetes mellitus pada pegawai pemerintahan di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 4,2% (95% CI: 3,8 - 4,6). Distribusi pegawai pemerintah di Indonesia yaitu laki-laki sebesar 59,4%, berusia 40-65 tahun sebesar 62,2% dan >65 tahun sebesar 2,0%, dan berpendidikan rendah sebesar 3,7%. Kemudian pegawai yang mengalami hipertensi sebesar 13,6%, melakukan aktifitas fisik ringan sebesar 58,1% dan aktifitas fisik sedang sebesar 41,4%, dan pegawai yang merokok sebesar 36,9%. Lalu pegawai yang kurang mengonsumsi sayur dan buah sebesar 85,7%, mengalami stress sebanyak 7,1%, dan mengalami overweight sebanyak 53,4%.
2. Ada hubungan antara usia dan jenis kelamin dengan kejadian diabetes mellitus pada pegawai pemerintahan di Indonesia. Namun tidak ada hubungan antara pendidikan dengan kejadian diabetes mellitus pada pegawai pemerintahan di Indonesia.
3. Ada hubungan hipertensi dengan kejadian diabetes mellitus pada pegawai pemerintahan di Indonesia.
4. Tidak ada hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian diabetes mellitus pada pegawai pemerintahan di Indonesia.
5. Ada hubungan status merokok dengan kejadian diabetes mellitus pada pegawai pemerintahan di Indonesia.
6. Tidak ada hubungan konsumsi sayur dan buah dengan kejadian diabetes mellitus pada pegawai pemerintahan di Indonesia.
7. Ada hubungan antara kesehatan jiwa (stress) dengan kejadian diabetes mellitus pada pegawai pemerintahan di Indonesia.
8. Tidak ada hubungan antara status gizi dengan kejadian diabetes mellitus pada pegawai pemerintahan di Indonesia.

5.2 Saran

1. Bagi Pegawai Pemerintahan

Bagi pegawai pemerintah perlu dilakukan peningkatan kesadaran pegawai pemerintah tentang diabetes mellitus dan risiko yang terkait dengan

penyakit ini. Selain itu, perubahan gaya hidup yang seimbang, seperti tidak merokok, konsumsi sayur dan buah, meningkatkan aktivitas fisik, dan mengurangi stres, juga diperlukan. Pemeriksaan kesehatan rutin untuk mendeteksi diabetes mellitus sejak dini juga sangat penting. Koordinasi dengan instansi kesehatan untuk mendapatkan bantuan dan dukungan yang diperlukan juga diperlukan. Dengan demikian, sarana yang diberikan dapat membantu pegawai pemerintah untuk meningkatkan kesadaran, mengurangi risiko diabetes mellitus, dan mengurangi dampak penyakit ini pada kesehatan.

2. Bagi Instansi Kesehatan

Bagi institusi kesehatan disarankan untuk dapat melakukan upaya sebagai berikut.

- a. Menganalkan kebijakan untuk melakukan penyuluhan dan edukasi kesehatan terutama terkait diabetes mellitus terhadap pegawai pemerintah. Jika ditemukan pegawai yang mengalami gejala atau bahkan terdiagnosis diabetes mellitus agar dapat segera ditangani dan diberi dukungan kesehatan.
- b. Menunjang program untuk mengontrol kesehatan pegawai pemerintahan dengan cara mengalokasikan anggaran untuk pengadaan cek kesehatan gratis dan rutin dalam 6 bulan sekali di instansi tempat bekerja pemerintah, sebagai upaya pencegahan diabetes mellitus dan penyakit lainnya terhadap pegawai pemerintahan yang mungkin tidak mau atau tidak memiliki waktu untuk melakukan cek kesehatan berkala di fasilitas pelayanan kesehatan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut terkait faktor risiko lain seperti sosial ekonomi, pola makan, sikap dan perilaku pegawai pemerintah serta lainnya yang dapat mempengaruhi kejadian diabetes mellitus pada pegawai pemerintahan dengan menggunakan desain penelitian dan instrumen yang berbeda.