

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Gambaran karakteristik responden dengan mayoritas usia 30-34 tahun dan 35-39 tahun yaitu 27.6%. Karakteristik jenis kelamin mayoritas responden memiliki jenis kelamin perempuan dengan persentase 69 (79.3%) dari 87 responden. Mayoritas responden, ruang kerja dalam 3 bulan terakhir lebih banyak di zona merah yaitu 41.4%, dan responden memiliki pendidikan terakhir, terbanyak adalah dengan pendidikan terakhir D3 Keperawatan yaitu 67.8%.
2. Gambaran faktor risiko diabetes mellitus pada perawat di RSUP M.Djamil Padang adalah aktivitas fisik dan diet tidak seimbang. Hal ini dibuktikan dengan hasil aktivitas fisik 69% dalam kategori sedang. Responden menyatakan aktivitas fisiknya kurang hal ini dapat berisiko diabetes mellitus. Sedangkan diet seimbang mayoritas responden memiliki sikap pola makan yang cukup namun memiliki tindakan pola makan dengan konsumsi makanan yang digoreng lebih 3 kali seminggu sebesar 54% responden. Konsumsi makanan manis dalam sehari kurang dari 3 kali 42% dan konsumsi makanan cepat saji kurang dari 3 kali sehari 48%. Faktor risiko lainnya Indeks massa tubuh responden mayoritas berat badan ideal dengan persentase 49,4%. Tekanan darah responden mayoritas dalam

rentang normal sebesar 92%. Kadar gula darah sewaktu responden 100% normal dan mayoritas tingkat stress responden dalam kategori normal.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi institusi pendidikan keperawatan tentang gambaran faktor risiko Diabetes Melitus Tipe 2 pada perawat shift sebagai bahan ajar perkuliahan.

2. Bagi Institusi Pelayanan

Adanya faktor resiko DM tipe 2 pada perawat yang bekerja shift ini diharapkan menjadi perhatian bagi institusi pelayanan. Bagi institusi pelayanan disarankan untuk memfasilitasi penyediaan makanan sehat bagi perawat shift saat menjalankan pekerjaan. Hal ini untuk mendukung terciptanya sumber daya perawat yang sehat secara fisik agar mampu meningkatkan kinerja dalam pelayanan.

3. Bagi Institusi Penelitian selanjutnya

Penelitian ini dapat dikembangkan oleh penelitian lain dengan menggunakan faktor risiko lain yang dapat mempengaruhi Diabetes Melitus Tipe 2 pada perawat shift.