

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Penelitian menggunakan studi *literature review* ini mengumpulkan hasil analisis dari berbagai sumber penelitian jurnal nasional dan internasional. Hasil analisis pada 15 jurnal yang dilakukan oleh peneliti diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Jurnal penelitian yang direview berasal dari 5 *database* yaitu *Google Scholar*, *Science Direct*, *Research Gate*, *Borneo Student Research*, dan *PubMed*. Karakteristik responden rata-rata direntang usia >30 tahun hingga >60 tahun, dan penderita DM tipe 2 lebih banyak perempuan dibandingkan laki-laki.
2. Tingkat stres yang dialami penderita DM tipe 2 adalah stres tinggi.
3. Kontrol kadar gula darah yang dimiliki penderita DM tipe 2 adalah kontrol kadar gula darah buruk.
4. Ada hubungan antara stres dengan kadar gula darah pada penderita DM tipe 2, semakin tinggi tingkat stres yang dirasakan penderita, maka akan semakin tinggi pula kadar gula darah yang dimiliki. Sangat disarankan pada semua penderita DM tipe 2 untuk bisa manajemen kadar gula darahnya dan selalu berpikir positif.

#### **B. Saran**

1. Bagi Ilmu Pengetahuan

Mahasiswa disarankan dapat menggunakan penelitian ini sebagai bahan bacaan untuk mendapat informasi baru, terutama yang sedang melakukan penelitian agar dapat menggunakan penelitian ini sebagai referensi tambahan pada penelitiannya, mengenai stres yang dapat mempengaruhi pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2.

#### 2. Bagi Masyarakat

Masyarakat harus tahu dan paham bahwa stres yang dirasakan dapat berpengaruh terhadap kadar gula darahnya.

#### 3. Bagi Penderita Diabetes Melitus tipe 2

Penderita dapat menggunakan penelitian ini sebagai sumber informasi untuk pengendalian kadar gula darah. Karena selain dengan mengkonsumsi obat-obatan, pengendalian kadar gula darah juga dapat dilakukan dengan mengatur pola pikir yang baik agar terhindar dari stres.

#### 4. Bagi Pelayanan Kesehatan

Petugas kesehatan terutama perawat harus memperhatikan psikis penderita karena selain terapi farmakologis, penderita juga membutuhkan terapi non farmakologis agar terhindar dari stres selama mengendalikan kadar gula darah.