

BAB VI

SIMPULAN & SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Karakteristik wanita menopause dalam penelitian ini yaitu berdasarkan kategori indeks massa tubuh paling banyak pada kategori obesitas 47,1%, karakteristik lingkar perut kategori diatas batas normal (> 80 cm) 61,8%, dan berdasarkan lamanya menopause kategori lamanya menopause > 1 Tahun dengan persentase 94,1%.
2. Kadar glukosa darah sewaktu pada wanita menopause di Puskesmas Bangli Utara paling banyak memiliki kadar glukosa darah sewaktu dengan kategori Normal yaitu sebanyak 17 orang (50 %). Kadar glukosa darah sewaktu dengan kategori tinggi yaitu sebanyak 16 orang (47,1 %). Sedangkan kategori rendah sebanyak 1 orang (2,9%).
3. Kadar glukosa darah sewaktu dengan kategori tinggi paling banyak pada kategori IMT kelompok obesitas, lingkar perut diatas batas normal (> 80 cm) dan lamanya menopause > 1 tahun.

B. Saran

Adapun saran yang dapat penulis berikan antara lain:

1. Bagi masyarakat khususnya wanita menopause di Puskesmas Bangli Utara agar menjaga IMT yang normal dengan cara menjaga pola makan dan life style. Serta melakukan pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu secara berkala
2. Bagi tenaga Kesehatan di Puskesmas Bangli Utara, agar bisa memberikan penyuluhan ataupun sosialisasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan melakukan pemeriksaan glukosa darah sewaktu dengan rutin.