

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Didasarkan atas hasil penelitian terhadap 39 responden maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Karakteristik wanita menopause didasarkan atas usia didapatkan hasil terbanyak dengan rentang 46-55 tahun 20 orang (51,3%), riwayat keturunan yang paling banyak yakni tidak memiliki riwayat keturunan 29 orang (74,4%) dan indeks massa tubuh pada wanita menopause yang paling banyak yakni obesitas 15 orang (38,5%).
2. Kadar glukosa darah sewaktu pada 39 responden yakni (2,6%) berkadar glukosa darah sewaktu rendah, (56,4%) memiliki kadar glukosa darah sewaktu normal dan (41,0%) berkadar glukosa darah sewaktu tinggi.
3. Kadar glukosa darah sewaktu tinggi lebih didominasi pada kelompok umur 46-55 tahun (45,0%), memiliki riwayat keturunan sejumlah (70,0%) dan indeks massa tubuh terbanyak dengan kategori obesitas (80,0%).

B. Saran

Adapun saran yang dapat diberi didasarkan atas penelitian yang telah dijalankan yakni :

1. Kepada wanita menopause di Desa Penglumbaran Kecamatan Susut Kabupaten Bangli agar menjaga indeks massa tubuh yang normal, adapun cara menanggulangnya dengan menjaga pola makan yang sehat serta menjalankan aktivitas secara rutin dan menjalankan pemeriksaan glukosa darah.

2. Kepada pihak pelayanan kesehatan sebaiknya menjalankan penyuluhan tentang bahaya penyakit glukosa darah agar wanita menopause memiliki kesadaran untuk pemeriksaan kesehatan.
3. Kepada penelitian selanjutnya, diharapkan agar lebih mengontrol faktor resiko lain yang dapat mempengaruhi peningkatan kadar glukosa darah secara langsung seperti diabetes melitus.