

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran glukosa darah sewaktu pada wanita menopause di Banjar Pudeh Desa Tajun Kabupaten Buleleng, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik wanita menopause berdasarkan usia paling banyak pada kategori lansia akhir (56-65 tahun) yaitu sebanyak 28 orang (65%), karakteristik riwayat DM pada keluarga paling banyak yang tidak ada memiliki riwayat DM pada keluarga yaitu sebanyak 26 orang (60%), dan berdasarkan karakteristik IMT sebagian besar memiliki kategori normal yaitu sebanyak 18 orang (42%).
2. Kadar glukosa darah sewaktu pada wanita menopause di Banjar Pudeh Desa Tajun Kabupaten Buleleng lebih banyak memiliki kadar glukosa darah kategori normal yaitu sebanyak 32 orang (74%), sedangkan kadar glukosa darah sewaktu dengan kategori tinggi yaitu sebanyak 11 orang (26%).
3. Hasil kadar glukosa darah sewaktu dengan kategori tinggi paling banyak pada kategori lansia akhir usia (56 – 65 tahun) dengan ada riwayat DM pada keluarga dan mempunyai IMT dengan kategori obesitas.

B. Saran

Adapun saran yang dapat penulis berikan antara lain:

1. Bagi masyarakat khususnya wanita menopause di Banjar Pudeh Desa Tajun Kabupaten Buleleng agar menjaga IMT yang normal dengan berolahraga dan menjaga pola makan, serta melakukan pemeriksaan glukosa darah secara berkala.
2. Bagi Lansia di Banjar Pudeh Desa Tajun Kabupaten Buleleng, agar melakukan sosialisasi kesehatan mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan pemeriksaan glukosa darah sewaktu secara rutin.

.