

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Adapun simpulan hasil penelitian mengenai gambaran kadar glukosa darah sewaktu pada perokok aktif di Desa Singakerta, Kecamatan Ubud adalah :

1. Karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa perokok aktif di Desa Singakerta, Kecamatan Ubud dengan rentang usia terbanyak 17-25 tahun sebanyak 23,26%. Durasi perokok terbanyak pada perokok aktif adalah dengan durasi >10 tahun sebanyak 58,14% dan frekuensi merokok terbanyak pada perokok aktif adalah dengan frekuensi konsumsi rokok 1-10 batang/hari sebanyak 69,77%.
2. Perokok di Desa Singakerta, Kecamatan Ubud memiliki kadar glukosa darah sewaktu dengan kategori normal <200 mg/dl sebanyak 90,70 dan kadar glukosa darah sewaktu dengan kategori tinggi ≥ 200 mg/dl sebanyak 9,30%.
3. Berdasarkan penelitian didapatkan bahwa kadar glukosa darah sewaktu yang tinggi lebih banyak ditemukan pada perokok aktif berusia 46-55 tahun dan 56-65 tahun. Selain itu, kadar glukosa darah yang tinggi juga lebih sering terjadi pada perokok yang telah merokok selama lebih dari 10 tahun. Berdasarkan frekuensi merokok, perokok aktif yang mengonsumsi lebih dari 20 batang rokok per hari memiliki kecenderungan lebih tinggi mengalami peningkatan kadar glukosa darah.

B. Saran

1. Bagi masyarakat khususnya perokok aktif di Desa Singakerta, Kecamatan Ubud yang berisiko sebaiknya mengurangi frekuensi merokok dan melakukan pemeriksaan laboratorium secara rutin.
2. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian serupa, disarankan dapat mengembangkan penelitian ini dengan meneliti faktor-faktor lainnya seperti pola makan, aktivitas fisik, dan konsumsi alkohol yang dapat memengaruhi kadar glukosa darah sewaktu.
3. Untuk pelaksana program di puskesmas diharapkan juga untuk melakukan penyuluhan mengenai bahaya merokok secara rutin.