

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan mengenai kadar glukosa darah sewaktu pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg Timur II Kabupaten Tabanan, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden penderita hipertensi berdasarkan usia kebanyakan lansia ≥ 60 tahun yaitu 25 responden (58,1%). Karakteristik jenis kelamin kebanyakan jenis kelamin perempuan yaitu 30 responden (79,1%). Karakteristik aktifitas fisik sebanyak 18 responden (41,8%) mempunyai aktifitas fisik berat. Karakteristik indeks massa tubuh sebanyak 17 responden (39,5%) mempunyai IMT normal. Dan karakteristik berdasarkan kebiasaan merokok sebanyak 41 responden (95,3%) tidak merokok.
2. Hasil kadar glukosa darah sewaktu responden sebagian besar mempunyai kadar glukosa darah normal sebanyak 29 responden (67,4%) dan 14 responden (32,6%) mempunyai kadar glukosa darah tinggi.
3. Hasil pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu pada penderita hipertensi berdasarkan karakteristik menunjukkan sebagian besar responden memiliki kadar glukosa darah normal, pada karakteristik usia lansia ≥ 60 tahun sebanyak 17 responden (68,0%), karakteristik jenis kelamin perempuan sebanyak 19 responden (63,3%), karakteristik aktivitas fisik berat sebanyak 11 responden (61,1%), karakteristik IMT normal sebanyak 15 responden (88,2%), dan karakteristik kebiasaan merokok sebanyak 29 orang (70,7%).

B. Saran

Adapun saran yang dapat diberikan berdasarkan penelitian yang telah dilakukan yaitu :

1. Bagi penderita hipertensi disarankan untuk rutin melakukan pengukuran tekanan darah, melakukan pemeriksaan glukosa darah sewaktu secara berkala di fasilitas kesehatan, mengatur aktivitas fisik dengan olah raga, menjaga indeks massa tubuh dengan pola makan sehat, terutama untuk laki-laki untuk menjaga kesehatan dengan tidak merokok sehingga dapat mencegah penyakit diabetes mellitus.
2. Bagi puskesmas disarankan untuk melakukan deteksi dini skrining pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu pada penderita hipertensi minimal setiap tiga bulan sekali untuk mencegah perkembangan penyakit diabetes mellitus.
3. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian yang serupa, agar dapat melakukan penelitian dengan menambahkan lebih banyak faktor seperti riwayat keluarga diabetes melitus (DM), pola makan serta lebih banyak responden dalam penelitian.