

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kadar glukosa darah sewaktu pada perokok aktif di Desa Kesiman Petilan, Kecamatan Denpasar Timur terhadap 43 responden menarik Kesimpulan bahwa:

1. Karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa perokok aktif di Desa Kesiman Petilan, Kecamatan Denpasar Timur dengan rentang usia terbanyak 17-25 tahun sebanyak 11 responden (25,6%), karakteristik responden berdasarkan aktivitas fisik kategori terbanyak yaitu aktivitas fisik sedang sebanyak 19 responden (44,2%), karakteristik responden berdasarkan lamanya merokok terbanyak yaitu perokok dengan >10 tahun sebanyak 25 responden (58,1%), dan karakteristik responden berdasarkan frekuensi merokok yaitu terbanyak pada kategori perokok ringan dengan konsumsi rokok 1-10 batang/hari yaitu sebanyak 19 responden (44,2%)
2. Perokok aktif di Desa Kesiman, Kecamatan Kesiman Petilan memiliki kadar glukosa darah sewaktu dengan kategori normal sebanyak 39 responden (90,7%) dan kadar glukosa darah sewaktu dengan kategori tinggi sebanyak 4 responden (9,3%).
3. Berdasarkan penelitian didapatkan bahwa kadar glukosa darah sewaktu melebihi normal berdasarkan karakteristik paling banyak yaitu kelompok usia 17-25 tahun dan 46 -55 dan usia 56-65 tahun, aktivitas fisik ringan, lamanya merokok >10 tahun dan frekuensi merokok yaitu >10 batang/hari dengan kategori perokok sedang dan perokok berat,.

B. Saran

1. Bagi masyarakat di Desa Kesiman Petilan, Kecamatan Denpasar Timur, diharapkan dapat mengurangi frekuensi merokok dan menerapkan gaya hidup sehat melalui aktivitas fisik secara teratur guna meminimalisirkan faktor risiko kenaikan kadar glukosa darah.
2. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan menambahkan berbagai faktor risiko yang berpengaruh terhadap kadar glukosa darah serta menganalisis hubungan dengan karakteristik responden agar diperoleh hasil yang lebih optimal.