

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran kadar glukosa darah sewaktu pada wanita menopause di Puskesmas II Denpasar Utara, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik wanita menopause dalam penelitian ini yaitu berdasarkan kelompok usia terbanyak pada rentang 55-59 tahun yaitu sebanyak 36%, dengan IMT normal sebanyak 74%, dan Tekanan darah kategori hipertensi sebanyak 44%.
2. Kadar glukosa darah sewaktu wanita menopause yang normal didapatkan sebanyak 13 orang (26%) sedangkan tinggi yaitu sebanyak 37 orang (74%)
3. Kadar glukosa darah kategori tinggi terbanyak ditemukan pada kelompok usia 55-59 tahun sebanyak (26%), dengan IMT normal sebanyak (58%), serta tekanan darah normal sebanyak (26%).

B. Saran

1. Bagi wanita menopause agar menjaga pola hidup sehat dengan cara melakukan aktivitas fisik secara teratur dan menjaga pola makan.
2. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan untuk melakukan penelitian lain yang berhubungan dengan wanita menopause seperti kolesterol dan asam urat.
3. Bagi Puskesmas II Denpasar Utara, agar bisa melakukan penyuluhan atau sosialisasi akan pentingnya menjaga kesehatan dan melakukan pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu.

