

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa :

1. Karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa lansia Banjar Sangging Desa Tihingan Kabupaten Klungkung didapatkan usia rentang 60-65 tahun memiliki jumlah terbanyak yaitu 13 lansia (43,3%). Berdasarkan jenis kelamin jumlah lansia terbanyak yaitu lansia perempuan sebanyak 17 lansia (56,7%).
2. Lansia Banjar Sangging Desa Tihingan Kabupaten Klungkung lebih banyak yang memiliki kadar glukosa darah sewaktu 90-199 g/dL atau dikategori belum pasti DM sebanyak (63,3%).
3. Berdasarkan rentang usia didapatkan semua rentang usia beresiko mengalami DM. Berdasarkan jenis kelamin lansia perempuan memiliki kadar glukosa darah sewaktu lebih tinggi sehingga beresiko mengalami DM yaitu (13,3%) kadar glukosa darah sewaktu <90g/dL dikategorikan bukan DM, (36,7%) dengan kadar glukosa darah sewaktu 90-199 g/dL dikategorikan belum pasti DM dan (3,4%) dengan kadar glukosa darah sewaktu ≥ 200 g/dL dikategorikan DM.

B. Saran

1. Bagi masyarakat khususnya lansia Banjar Sangging Desa Tihingan Kabupaten Klungkung yang mengalami prediabetes agar tidak berkembang menjadi Diabetes Militus disarankan untuk menerapkan pola hidup sehat

dengan melakukan aktifitas fisik secara rutin baik dengan melakukan kegiatan rumah atau bekerja serta memantau kadar glukosa dalam darah secara berkala dan menerapkan pola hidup sehat terutama bagi lansia perempuan yang memasuki masa menopause.

2. Bagi Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian mengenai kadar glukosa darah sewaktu dengan menggunakan sampel dengan jumlah yang lebih banyak, meneliti lebih banyak faktor lain yang mempengaruhi kadar glukosa darah, menggunakan metode pemeriksaan glukosa darah sewaktu seperti GOD-PAP, serta memperhatikan control kualitas pada alat yang digunakan.