

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan penelitian tentang gambaran kadar glukosa darah sewaktu pada lansia di Banjar Lodtunduh, Desa Singakerta, Kecamatan Ubud yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik lansia berdasarkan usia menunjukkan bahwa lansia di Banjar Lodtunduh, Desa Singakerta 60,6% termasuk dalam rentang usia lanjut dini (55 – 64 tahun), 39,4% termasuk dalam rentang usia lanjut ( $\geq 60$  tahun), dengan jenis kelamin perempuan 54,5% lebih banyak dibandingkan laki – laki 45,5%. Sedangkan berdasarkan pekerjaan yang paling banyak tidak bekerja 27,3%.
2. Lansia di Banjar Lodtunduh, Desa Singakerta Sebagian besar memiliki Kadar Glukosa normal dengan kategori belum pasti DM sebanyak 26 orang (78,8%).
3. Kadar glukosa darah sewaktu pada lansia berdasarkan usia dengan kategori belum pasti DM sebagian besar terdapat pada usia lanjut dini (55-64 tahun) sebanyak 16 orang (48,5%). Sedangkan usia lanjut ( $\geq 60$  tahun) yang memiliki kadar glukosa darah tinggi dengan kategori DM sebanyak 2 orang (6,0%). Dominan ditemukan pada perempuan sebanyak 12 orang (42,4%) dengan kategori belum pasti DM. Dan memiliki pekerjaan sebagai petani 21,2% dan tidak bekerja 21,2%.

## **B. Saran**

1. Bagi lansia di Banjar Lodtunduh, Desa Singakerta, Kecamatan Ubud yang memiliki kadar glukosa darah tinggi disarankan untuk rutin melakukan pemeriksaan laboratorium dan lebih memperhatikan perilaku hidup sehat misalnya mengkonsumsi makanan yang sehat, rajin melakukan aktivitas yang teratur. Kemudian bagi lansia yang menunjukkan hasil kadar glukosa darah normal diharapkan tetap menjaga Kesehatan dan menjauhi perilaku yang tidak sehat sehingga kadar glukosa darah tetap terjaga.
2. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi peneliti selanjutnya sehingga penelitian mengenai gambaran kadar glukosa darah pada lansia dapat dikembangkan.