

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang kadar gula darah sewaktu pada pasien diabetes melitus di Puskesmas II Denpasar Selatan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Karakteristik pasien diabetes melitus dalam penelitian ini berdasarkan usia terbanyak pada rentang 51 – 60 tahun sebanyak (37,5%), berdasarkan jenis kelamin terbanyak adalah responden laki-laki sebanyak (59,4%), berdasarkan aktivitas fisik terbanyak yaitu aktivitas fisik ringan sebanyak (84,4%), berdasarkan riwayat keluarga dengan diabetes melitus terbanyak yaitu ada riwayat keluarga dengan diabetes melitus sebanyak (56,3%) dan berdasarkan kebiasaan merokok terbanyak yaitu tidak merokok sebanyak (90,6%).
2. Kadar gula darah sewaktu pasien diabetes melitus didapatkan hasil kadar gula darah sewaktu normal sebanyak (43,8%) dan kadar gula darah sewaktu tinggi sebanyak (56,3%). Kadar gula darah sewaktu dengan nilai terendah pada penelitian ini adalah 74 mg/dL dan nilai tertinggi adalah 600 mg/dL.
3. Sebanyak (56,3%) responden memiliki kadar gula darah sewaktu tinggi yang berdasarkan karakteristik (21,9%) merupakan usia 51 – 60 tahun, (31,3%) merupakan responden laki-laki, (50%) responden melakukan aktivitas fisik ringan, (31,3%) responden memiliki riwayat keluarga dengan diabetes melitus dan (50%) responden tidak memiliki kebiasaan merokok.

B. Saran

1. Bagi pasien diabetes melitus dianjurkan agar selalu rutin melakukan pemeriksaan laboratorium, memeriksakan kadar gula darahnya ke pelayanan kesehatan untuk mendapatkan konsultasi lebih lanjut oleh dokter. Pemeriksaan yang dilakukan untuk mengetahui kadar gula darah seperti pemeriksaan kadar gula darah puasa, kadar gula darah 2 jam PP, dan tes toleransi glukosa oral (TTGO) dan disarankan untuk tetap menjaga kesehatan dan selalu melakukan gaya hidup sehat seperti melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit sehari sehingga kadar gula darah tetap terkontrol.
2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan agar lebih menambah jumlah sampel yang digunakan sebagai responden, menambah karakteristik responden menurut IMT (Indeks Masa Tubuh), lama menderita diabetes melitus, frekuensi makan dalam sehari sehingga hasil penelitian dan pembahasan akan lebih maksimal membahas faktor risiko penyakit diabetes melitus.
3. Bagi pelayanan kesehatan diharapkan untuk bisa melakukan upaya promosi kesehatan terkait dengan pemeriksaan gula darah kepada masyarakat luas khususnya bagi para penderita diabetes melitus sehingga dapat memantau kadar gula darah pasien diabetes melitus.