

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 36 orang (64,3%) sementara laki-laki sebanyak 20 orang (35,7%) usia rata-rata responden penelitian ini adalah 66,70 dengan standar deviasi 5,045, minimal usia 60 tahun dan maksimal usia 77 tahun dengan total responden 56 orang.
2. Indeks massa tubuh responden yang paling banyak ada pada kategori normal sebanyak 25 orang (44,6%), overweight sebanyak 20 orang (35,7%), obesitas sebanyak 10 orang (17,9%), dan underweight sebanyak 1 orang (1,8%). Rata-rata ukuran indeks massa tubuh 23,264 kg/m² yang termasuk kedalam ukuran indeks massa tubuh overweigh, nilai tengah 23,000, standar deviation 2,0517, dengan ukuran indeks massa tubuh minimum 18,3 kg/m², sedangkan ukuran maksimumnya 30,8 kg/m².
3. Gula darah puasa responden yang paling banyak ada pada kategori hiperglikemi sebanyak 39 orang (69,6%) sedangkan kategori normal sebanyak 17 orang (30,4%). Rata-rata hasil ukur gula darah puasa 145,46 mg/dL yang termasuk kedalam kategori hiperglikemi, nilai tengah 148,50 mg/dL, standar deviation 24,249, dengan hasil ukur gula darah puasa minimum 105 mg/dL, sedangkan ukuran maksimumnya 208 mg/dL.
4. Ada hubungan yang lemah antara indeks massa tubuh dengan gula darah puasa dengan arah korelasi positif, yakni semakin tinggi indeks massa tubuh maka

semakin tinggi pula gula darah puasa. (nilai $p = 0,038$; nilai α yaitu $0,05$; (r) yaitu $0,278$).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terbukti bahwa ukuran indeks massa tubuh berhubungan dengan gula darah puasa, maka disarankan kepada:

1. Kepada perawat di ruang pemeriksaan lansia UPTD Puskesmas II Denpasar Barat agar dapat memberikan edukasi berupa penyuluhan ataupun edukasi singkat kepada anggota keluarga dan pasien saat kontrol ke puskesmas. Mengenai pendidikan kesehatan khususnya mengenai tatalaksana yang tepat seperti menjaga pola aktivitas dan pola makan (jenis, jumlah, dan jadwal makan) bagi penderita DM untuk mencapai berat badan dan gula darah puasa agar berada pada rentang normal.
2. Kepada Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Denpasar diharapkan waktu penerbitan ijin etik penelitian tidak terlalu lama agar memudahkan dalam penelitian.
3. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lama sehingga minimal sampel pada penelitian bisa tercapai dan diharapkan peneliti selanjutnya dapat mendalami mengenai faktor risiko lain yang dapat mempengaruhi kadar gula darah puasa. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar, pondasi dan bahan rujukan untuk dilakukan penelitian-penelitian lainnya yang mampu memberikan manfaat bagi lansia khususnya penderita DM tipe 2 agar dapat menjaga berat badan dan gula darah dalam rentang normal guna terhindar dari komplikasi akut maupun kronis serta agar

dapat melengkapi kekurangan pada penelitian ini seperti yang belum dilakukannya pemeriksaan tingkat stres, aktivitas fisik, tingkat pengetahuan, pola makan, dan terapi obat.