

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai gambaran kadar glukosa darah sewaktu pada lansia di Desa Banyubiru Kecamatan Negara Kabupaten Jembrana, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar lansia berjenis kelamin perempuan sebanyak 63.6%, dan mayoritas berada pada kelompok usia 60–90 tahun sebesar 84.1%. Berdasarkan tingkat aktivitas fisik, sebagian besar responden berada dalam kategori aktivitas sedang sebanyak 63.6%.
2. Hasil pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kadar glukosa darah dalam kategori normal sebanyak 88.6%, sedangkan 11.4% responden memiliki kadar glukosa darah yang tinggi.
3. Berdasarkan analisis deskriptif, kadar glukosa darah sewaktu yang normal paling banyak ditemukan pada lansia berusia 60–90 tahun, berjenis kelamin perempuan, dan memiliki aktivitas fisik sedang. Sementara itu, kadar glukosa darah yang tinggi lebih banyak ditemukan pada lansia berusia 60-90 tahun, berjenis kelamin perempuan, dan dengan tingkat aktivitas fisik sedang.

B. Saran

1. Bagi Masyarakat (Lansia dan Keluarga)

Diharapkan lebih rutin melakukan pemeriksaan kadar glukosa darah, khususnya pada kelompok lansia, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya pola makan sehat dan aktivitas fisik yang teratur.

2. Bagi Petugas Kesehatan dan Pemerintah Desa

Disarankan untuk mengembangkan program posyandu lansia yang lebih aktif, seperti edukasi rutin tentang diabetes melitus, serta penyediaan pemeriksaan glukosa darah sewaktu secara berkala dan mudah dijangkau oleh lansia.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya:

Penelitian ini masih bersifat deskriptif. Diharapkan penelitian lanjutan dapat menggunakan metode analitik dengan jumlah sampel yang lebih besar serta mempertimbangkan faktor lain seperti indeks massa tubuh (IMT), pola makan, dan riwayat keluarga.