

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran kadar glukosa darah sewaktu pada lansia di wilayah kerja UPTD Puskesmas Busungbiu 1, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Berdasarkan karakteristik responden, sebagian besar responden berada pada kelompok lansia (60–74 tahun) yaitu sebanyak 40 orang (91%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 24 orang (55%), dan memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) normal sebanyak 25 orang (57%).
2. Hasil pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu menunjukkan bahwa sebanyak 4 orang (9%) memiliki kadar glukosa darah sewaktu kategori rendah, sebanyak 33 orang (75%) memiliki kadar glukosa darah sewaktu kategori normal, dan sebanyak 7 orang (16%) memiliki kadar glukosa darah sewaktu kategori tinggi.
3. Berdasarkan karakteristik responden, kadar glukosa darah sewaktu kategori normal paling banyak ditemukan pada kelompok lansia (60–74 tahun), berjenis kelamin perempuan, dan memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) normal. Sementara itu, kadar glukosa darah sewaktu kategori tinggi paling banyak ditemukan pada kelompok lansia (60–74 tahun), berjenis kelamin perempuan, dan memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) kategori kegemukan.

B. Saran

1. Bagi lansia

Lansia diharapkan dapat menjaga pola hidup sehat dengan mengatur pola makan, menjaga berat badan ideal, serta rutin melakukan pemeriksaan kadar glukosa darah untuk mencegah terjadinya peningkatan kadar glukosa darah dan Diabetes Mellitus.

2. Bagi UPTD Puskesmas Busungbiu 1

Puskesmas diharapkan dapat meningkatkan kegiatan promotif dan preventif seperti penyuluhan kesehatan, pemeriksaan glukosa darah secara rutin, serta edukasi mengenai pentingnya menjaga kadar glukosa darah pada lansia.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor-faktor lain yang memengaruhi kadar glukosa darah seperti pola makan, riwayat keluarga, penggunaan obat-obatan, dan penyakit penyerta lainnya.