

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Menurut hasil penelitian “Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Solokan Jeruk”, maka kesimpulannya sebagai berikut:

1. Hampir seluruh pasien Diabetes Melitus dengan aktivitas fisik rendah.
2. Sebagian besar pasien dengan kategori diabetes (kadar gula darah tinggi).
3. Terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Solokan Jeruk.

5.2 Saran

1. Bagi Puskesmas Solokan Jeruk

Disarankan bagi petugas kesehatan agar meningkatkan pemberian edukasi atau pendidikan kesehatan kepada pasien Diabetes Melitus khususnya lansia untuk lebih meningkatkan aktifitas fisik sehari-hari yang dapat dilakukan oleh lansia, dan lebih meningkatkan program-program aktivitas fisik bagi pasien Diabetes Melitus tipe II seperti senam Diabetes Melitus atau jalan sehat yang dilakukan secara rutin dalam upaya untuk meningkatkan aktivitas fisik pasien Diabetes Melitus sehingga dapat menjadi salah satu upaya dalam menjaga kadar gula darah pasien Diabetes Melitus khususnya pada lansia.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Disarankan agar institusi pendidikan bisa menunjang dalam penelitian-penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa dengan menambah kepustakaan terkait penatalaksanaan DM dalam menjaga glukosa darah sehingga dapat mempermudah mahasiswa mencari informasi sebagai penunjang dalam penelitian.

3. Untuk Peneliti Berikutnya

Hasil penelitian masih banyak keterbatasan seperti yang diuraikan di atas terutama pada penggunaan instrument penelitian yang masih kurang baik sehingga disarankan agar penelitian selanjutnya bisa lebih memilih instrument penelitian lebih lengkap, adanya tindak lanjutan setelah penelitian serta menambahkan keterbaruan baru seperti menambahkan variabel lain yang diteliti sehingga penelitian selanjutnya akan lebih baik dan berkembang.