

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada Lansia tentang Pengetahuan Senam Diabetes Mellitus Di Rw 03 Desa Cigending wilayah Kerja UPT Puskesmas Ujung Berung Indah Kota Bandung Tahun 2021 dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Pengetahuan Lansia Tentang Senam Diabetes Mellitus Sebagian besar dari responden memiliki pengetahuan Kurang (51,6%)
2. Pengetahuan Lansia Tentang Pengertian Senam Diabetes Mellitus Sebagian besar dari responden memiliki pengetahuan Cukup (54,8%)
3. Pengetahuan Lansia Tentang Manfaat Senam Diabetes Mellitus Sebagian kecil dari responden memiliki pengetahuan Baik (45,2%)
4. Pengetahuan Lansia Tentang Prinsip Senam Diabetes Mellitus Sebagian kecil dari responden memiliki pengetahuan Kurang (48,3%)
5. Pengetahuan Lansia Tentang Jenis-jenis Senam Diabetes Mellitus Sebagian besar dari responden memiliki pengetahuan Kurang (64,5%)
6. Pengetahuan Lansia Tentang Dampak Senam Diabetes Mellitus Sebagian besar dari responden memiliki pengetahuan Kurang (74,2%)
7. Pengetahuan Lansia Tentang Pengaruh Senam Diabetes Mellitus Sebagian kecil dari responden memiliki pengetahuan Cukup (48,3%)

6.2 Saran

1. Bagi Desa
Diharapkan Desa berkoordinasi dengan puskesmas untuk memberikan Pankes kepada lansia yang mengalami diabetes mellitus.
2. Bagi Lansia
Pada penelitian ini disarankan untuk lansia agar dapat mengontrol kadar gula darah dengan cara olahraga senam diabetes mellitus.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ni dapat digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan penelitian selanjutnya mngenai pengetahuan, sikap, dan motivasi lansia untuk melihat klien dalam melakukan olahraga dengan cara senam diabetes mellitu