

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian yang dapat diambil dari hasil penelitian yang telah dijabarkan pada bab sebelumnya sebagai berikut :

1. Berdasarkan karakteristik usia responden terdapat usia minimal 40 tahun, maksimal 68 tahun dan rata – rata umur $51,05 \pm 6,595$ tahun.
2. Berdasarkan karakteristik jenis kelamin responden perempuan sebanyak 53,9%
3. Berdasarkan karakteristik tingkat pendidikan SMA/SMK sebanyak 34,2%.
4. Berdasarkan karakteristik pekerjaan terdapat Buruh sebanyak 40,8%.
5. Berdasarkan karakteristik lama menderita diabetes mellitus terdapat lama menderita diabetes mellitus lebih dari 5 tahun rerata $1,75 \pm 436$ tahun.
6. Berdasarkan karakteristik Aktivitas Fisik terdapat Aktivitas Fisik Sedang sebanyak 53,9%.

B. Saran

1. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada responden dalam melakukan pencegahan serta dapat memberikan informasi tentang pengaruh aktivitas fisik dengan kadar gula darah.

2. Bagi Petugas Kesehatan

Perawat lebih meningkatkan peran sebagai educator di masyarakat khususnya untuk mengurangi peningkatan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe II

3. Bagi Institusi Kesehatan

Institusi kesehatan untuk membuat program penatalaksanaan diabetes mellitus tipe II.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Data yang sudah ada mengenai aktivitas fisik yang menderita diabetes mellitus tipe II dapat dimanfaatkan dan dikembangkan untuk penelitian selanjutnya dalam pengendalian kontrol kadar gula darah.