

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Kesimpulan yang diperoleh dalam penelitian ini adalah

1. Karakteristik responden pada penelitian ini bahwa Sebagian besar penderita diabetes mellitus lansia di Desa Paseban wilayah kerja Puskesmas Bayat yaitu berusia 64,55 tahun, berjenis kelamin perempuan sebesar 76,6%, pendidikan terakhir didominasi SD sebesar 55,8%, seluruh responden masih bekerja 100,0%, Sebagian besar responden beraktivitas sedang yaitu sebesar 58,4%, gula darah sewaktu responden rata-rata tinggi yaitu sebesar 61,0%.
2. Aktivitas fisik lansia yang menderita diabetes mellitus di Desa Paseban wilayah kerja Puskesmas Bayat rata-rata beraktivitas sedang yaitu sebesar 58,4%.
3. Gula darah sewaktu pada lansia penderita diabetes mellitus di Desa Paseban wilayah kerja Puskesmas Bayat rata-rata tinggi yaitu 266 mg/dL.
4. Terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan gula darah sewaktu pada penderita diabetes mellitus lansia di Desa Paseban wilayah kerja Puskesmas Bayat dengan nilai  $p$  value sebesar  $0.024 < 0.05$ .

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan ada beberapa saran yang dapat diberikan yaitu :

1. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang pentingnya menjaga diet yang dianjurkan oleh tenaga Kesehatan agar gula darah sewaktu tetap terkontrol dengan baik.

2. Bagi Perawat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar perawat dalam memberikan asuhan keperawatan yang tepat dan sesuai kepada penderita diabetes mellitus agar gula darah sewaktu tetap terkontrol.

### 3. Bagi Puskesmas Bayat

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi guna meningkatkan mutu pelayanan kepada masyarakat terutama pada penderita diabetes mellitus dengan melakukan monitoring, pemeriksaan kesehatan secara berkala dan pemberian penyuluhan secara mendalam mengenai pentingnya melakukan penatalaksanaan lima pilar diabetes melitus terutama pilar beraktivitas fisik/ berolahraga bagi penderita diabetes mellitus.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan dan dapat menjadi dasar dalam peneliti selanjutnya. Peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk mengembangkan teori penelitian dengan variabel lain seperti kebiasaan merokok, obesitas, pola Makan, tekanan darah, pemakaian obat-obatan yang dapat mempengaruhi gula darah sewaktu pada pasien diabetes mellitus dan juga dengan memperhatikan empat pilar penatalaksanaan diabetes mellitus yang lainnya.