

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Gambaran *VO2Max* pada Penderita Diabetes yang telah dilakukan serta pengolahan data dari sampel sebanyak 24 responden. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa perempuan penderita diabetes memiliki risiko yang lebih tinggi dibanding laki-laki.

Dan disimpulkan dengan melihat hasil cek Glukometer *Six Minute Walking Test* dan data kuesioner yang dibagikan terhadap penderita diabetes bahwa *VO2Max* laki-laki lebih banyak menempati kategori Buruk. Dan *VO2Max* Perempuan lebih banyak menempati kategori baik, hal ini dapat disebabkan karena responden tidak banyak mengeluh, capek ataupun haus saat melakukan *Six Minute Walking Test*. Didapatkan hasil pemeriksaan Glukometer setelah pasien melakukan *Six Minute Walking Test* adalah Normal yaitu dibawah 200 mg/dl. Gambaran *VO2Max* terhadap penderita diabetes di wilayah rt 007 rw 03 kelurahan ciganjur kecamatan jagakarsa jakarta selatan terbanyak dalam kategori *VO2Max* laki-laki Buruk (16.7%) dan *VO2Max* Perempuan Baik (37.4%).

V.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, peneliti memberikan saran sebagai berikut :

a. Bagi peneliti

Dalam menjalankan perannya sebagai edukator maka peneliti harus selalu memberikan pengetahuan dan manfaat terhadap penderita diabetes khususnya mengenai *VO2Max* karena pemeriksaan ini masih jarang dilakukan.

b. Bagi penderita diabetes

Peneliti menghimbau agar pihak keluarga selalu membangun komunikasi yang baik dengan warga seperti selalu mengingatkan warga dalam

melakukan cek gula darah sesuai dengan jadwal yang telah diberikan diabetes melitus merupakan penyakit yang kronis dan berlangsung lama, agar proses dalam pengobatannya dapat berjalan dengan lancar kerja sama antara penderita dan keluarga dengan penyedia pelayanan kesehatan juga harus dijaga dengan baik. Penelitian ini dapat memberikan manfaat khususnya responden untuk menjadikan pengobatan ini sebagai pilihan dalam meningkatkan status kualitas hidup pada gangguan penderita diabetes.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dengan melihat hasil penelitian ini, maka perlu adanya penelitian lebih lanjut mengenai analisis untuk mengetahui *VO2Max* terhadap penderita Diabetes. Saya berharap Karya Tulis Ilmiah ini dapat membantu peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian mengenai analisis untuk mengetahui *VO2Max* terhadap penderita Diabetes.