

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **VI.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, didapatkan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Umur, dari 31 responden sebanyak 21 adalah kelompok usia dewasa dengan rentan usia dibawah 60 tahun dan 10 adalah kelompok usia lanjut dengan rentan usia di atas 60 tahun.
2. Jenis kelamin, dari 31 responden sebanyak 19 (61%) berjenis kelamin perempuan dan 12 (39%) berjenis kelamin laki-laki.
3. Gula darah sewaktu, dari 31 responden sebanyak 7 (23%) memiliki kadar gula darah sewaktu yang terkendali dan 24 (77%) memiliki kadar gula darah sewaktu yang tidak terkendali.
4. Pengetahuan, sebanyak 14 responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik dan 17 responden memiliki tingkat pengetahuan yang kurang.
5. Kepatuhan, sebanyak 29% responden patuh terhadap diet diabetes dan 71% responden tidak patuh terhadap diet diabetes.
6. Aktivitas fisik, sebanyak 58% responden memiliki tingkat aktivitas fisik yang rendah, 13% responden memiliki tingkat aktivitas fisik yang sedang dan 29% responden memiliki tingkat aktivitas fisik yang berat.
7. Tidak adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan pengendalian kadar glukosa darah sewaktu dengan  $p$  value= 1,000.
8. Adanya hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dengan pengendalian kadar glukosa darah sewaktu dengan  $p$  value= 0,02.
9. Adanya hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan pengendalian kadar glukosa darah sewaktu dengan  $p$  value= 0,01.

## VI.2 Saran

1. Bagi Rumah Sakit
  - a. Dapat menggalang kerja sama dengan lintas yang terdekat dengan masyarakat seperti PKK, organisasi keagamaan, kader kesehatan, dan lain-lain, dalam upaya deteksi dini serta penyuluhan diabetes dan penyakit tidak menular tertentu lainnya.
  - b. Upaya promotif dan preventif lain, bisa dilakukan dengan penyediaan sarana informasi yang mudah diakses masyarakat seperti leaflet dan poster tentang diabetes.
  
2. Bagi peneliti lain  
Peneliti lain disarankan untuk menggunakan rancangan penelitian lain atau dapat melanjutkannya, agar dapat melihat hubungan sebab akibat ataupun lainnya.
  
3. Bagi responden
  - a. Harus lebih waspada dengan bertambahnya umurnya, karena mulai rentan terhadap berbagai macam penyakit termasuk diabetes, lakukan pemeriksaan kadar glukosa darah secara teratur.
  - b. Harus dapat menjaga pola makan dan dapat menghindari makanan pencetus terjadinya diabetes seperti makanan manis dan makanan yang berlemak.
  - c. Dapat melakukan aktivitas fisik dengan teratur.