

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan:

1. Sebagian besar responden memiliki tingkat kadar gula darah baik sebanyak 31 responden (57,4%) di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Managaisaki Kabupaten Tolitoli.
2. Sebagai besar responden memiliki tingkat aktifitas fisik sedang sebanyak 27 responden (50,0%) di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Managaisaki Kabupaten Tolitoli
3. Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji alternative *Fisher* didapatkan nilai *p-value* 0,013 yang artinya terdapat hubungan antara kadar gula darah dengan aktifitas fisik di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Managaisaki Kabupaten Tolitoli.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan STIKES Widya Nusantara Palu

Disarankan agar hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan di perpustakaan yang nantinya dapat menambah pengetahuan mahasiswa tentang Keperawatan dan membantu dalam pembuatan skripsi selanjutnya. Serta diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian untuk membandingkan dengan variable lain atau mengubah penelitian ini menjadi penelitian eksperimen.

2. Bagi Masyarakat

Saran bagi masyarakat khususnya penderita Diabetes Mellitus diharapkan dapat lebih meningkatkan aktifitas fisik seperti olahraga yang teratur agar kadar gula darah tidak melebihi dari batas normal.

3. Bagi Petugas Puskesmas

Saran bagi petugas puskesmas untuk melakukan penyuluhan kesehatan yang mungkin dilakukan pada penderita diabetes mellitus terutama tentang olahraga yang teratur atau perencanaan latihan aktifitas fisik.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dengan adanya skripsi ini dapat meningkatkan wawasan terhadap peneliti selanjutnya dan dapat mengembangkan penelitian ini dengan variable yang lebih banyak lagi atau mengenai faktor lain seperti gejala komplikasi mikrovaskuler.