

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan mengenai “Korelasi Antara Indeks Massa Tubuh dan Lingkar Perut dengan Kadar Glukosa Darah Sewaktu pada Pra Lansia dan Lansia di Nagari Sumanik” maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Rerata indeks massa tubuh termasuk ke dalam kategori sangat gemuk dan rerata lingkar perut termasuk ke dalam kategori tidak normal.
2. Rerata hasil skrining glukosa darah sewaktu termasuk ke dalam kategori normal.
3. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara indeks massa tubuh dengan hasil skrining glukosa darah sewaktu pra lansia dan lansia di Nagari Sumanik, Kecamatan Salimpaung, Kabupaten Tanah Datar dengan korelasi sangat rendah.
4. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara lingkar perut dengan hasil skrining glukosa darah sewaktu pra lansia dan lansia di Nagari Sumanik, Kecamatan Salimpaung, Kabupaten Tanah Datar dengan korelasi sangat rendah.

7.2 Saran

7.2.1 Saran Untuk Masyarakat

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan terdapat beberapa saran yang diharapkan dapat bisa bermanfaat dan menjaga kualitas hidup lansia dan masyarakat dikemudian hari, yaitu:

1. Bagi semua masyarakat terutama yang memiliki indeks massa tubuh yang tinggi dan lingkar perut di atas normal sebaiknya lebih menjaga pola makan dan pola hidup seperti olahraga secara teratur untuk menjaga kondisi yang tetap sehat di usia tua.
2. Bagi semua masyarakat terutama yang memiliki hasil skrining glukosa darah sewaktu yang tinggi sebaiknya memeriksakan kesehatan secara rutin untuk mendapat edukasi dan penatalaksanaan lebih lanjut.

3. Bagi tenaga kesehatan diharapkan dapat lebih mengupayakan upaya promotif dan preventif kepada masyarakat terutama yang berisiko terkait faktor-faktor yang dapat menyebabkan obesitas dan diabetes melitus agar dapat mencegah terjadinya komplikasi di kemudian hari.

7.2.2 Saran Untuk Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini juga memiliki kekurangan sehingga perlu adanya perbaikan agar hasil penelitian selanjutnya menjadi jauh lebih baik. Saran untuk penelitian selanjutnya, yaitu :

1. Perlu adanya pemeriksaan yang lebih terkontrol pada pasien agar dapat menggambarkan kadar glukosa darah dengan lebih baik. Untuk kadar glukosa darah sebaiknya menggunakan hasil pemeriksaan kadar glukosa darah minimal 2 kali diwaktu yang berbeda.
2. Riwayat penyakit pada keluarga dan riwayat penyakit dahulu perlu diketahui untuk membantu mengekskusi data yang dianggap dapat menjadi variabel pengganggu.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan variabel lain seperti glukosa darah puasa pada pra lansia dan lansia dan dilakukan penelitian lanjutan dengan populasi yang lebih luas.

