

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan antara olahraga dengan kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di RSUD dr. R. Koesma Tuban pada bulan Juni 2018

1. Sebagian besar penderita diabetes mellitus tipe 2 di instalasi rawat jalan (poli penyakit dalam) RSUD dr. Koesma Tuban tidak melakukan kegiatan olahraga dengan baik yaitu sebanyak 29 pasien.
2. Sebagian besar penderita diabetes mellitus tipe 2 di instalasi rawat jalan (poli penyakit dalam) RSUD dr. Koesma Tuban kadar glukosa darah tidak normal yaitu sebanyak 22 pasien.
3. Ada hubungan antara olahraga dengan kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2. Berdasarkan hasil uji *Chi Square* didapatkan $p = 0,000$ dengan $p < 0,05$

6.2 Saran

1. Bagi pasien yang tidak melakukan olahraga dengan baik agar dapat melakukan olahraga dengan baik, serta menyediakan waktu untuk melakukan olahraga untuk menurunkan kadar glukosa darah.
2. Bagi petugas kesehatan agar memberikan informasi secara intensif tentang tanda dan gejala, serta menjelaskan mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2.

3. Bagi penelitian selanjutnya agar dapat mengembangkan teori-teori yang lebih banyak dan terbaru yang berhubungan dengan kadar glukosa darah pada penderita diabetess mellitus tipe 2, serta diharapkan penelitian ini bisa menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya dengan menggunakan sampel serta populasi yang lebih luas.