

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang perbandingan kadar glukosa darah sewaktu pada penderita diabetes melitus tipe 2 kelompok prolanis dan bukan prolanis di puskesmas Semuli Raya Lampung Utara, dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Diketahui rata-rata kadar glukosa darah sewaktu pada penderita diabetes melitus tipe 2 kelompok prolanis adalah 182,17 mg/dL dengan kadar glukosa darah sewaktu tertinggi 269 mg/dL dan yang terendah 106 mg/dL.
2. Rata-rata kadar glukosa darah sewaktu pada penderita diabetes melitus tipe 2 kelompok bukan prolanis adalah 355,57 mg/dL dengan kadar glukosa darah sewaktu tertinggi 528 mg/dL dan yang terendah 203 mg/dL.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara kadar glukosa darah sewaktu pada penderita diabetes melitus tipe 2 kelompok prolanis dan bukan prolanis di wilayah kerja puskesmas Semuli Raya dengan nilai *p-value* < 0,000 (*p* < 0,05).

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi Responden (Penderita Diabetes Melitus Tipe 2)**

Disarankan untuk menerapkan pola hidup sehat secara konsisten, meliputi pengaturan pola makan, peningkatan aktivitas fisik seperti senam diabetes atau olahraga ringan, serta aktif mengikuti program prolanis guna pemantauan dan pengelolaan penyakit yang lebih terstruktur

##### **2. Bagi puskesmas**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar edukasi dan promosi kesehatan kepada pasien diabetes melitus tipe 2 dengan cara menggunakan banner dan leaflet yang berisi informasi tentang diabetes melitus dan prolanis, khususnya dalam meningkatkan partisipasi pada program prolanis guna menurunkan kadar glukosa darah dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Disarankan untuk melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, jangka waktu pengamatan yang lebih panjang, serta mempertimbangkan variabel lain seperti durasi dan intensitas keikutsertaan dalam prolanis, status gizi, dan komorbiditas untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif.