

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian mengenai faktor yang berhubungan dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe II pada wanita lansia di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2026, dapat disimpulkan bahwa:

1. Distribusi frekuensi karakteristik responden dalam penelitian ini di dominasi oleh lansia yang berada pada rentan usia 45-59 tahun, berpendidikan rendah (SD dan SMP), dan tidak bekerja.
2. Terdapat hubungan yang bermakna antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe II pada wanita lansia di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara riwayat keluarga dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe II pada wanita lansia di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota.
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe II pada wanita lansia di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
5. Aktivitas fisik merupakan faktor yang paling berhubungan dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe II.

B. Saran

1. Bagi institusi Pendidikan

Bagi Poltekkes Kemenkes Bengkulu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi dan bahan bacaan ilmiah dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan, khususnya kebidanan dan kesehatan reproduksi mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe II pada wanita lansia. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam penyusunan materi pembelajaran dan penelitian selanjutnya terkait upaya promotif dan preventif Diabetes Melitus.

2. Bagi Puskesmas

Bagi Puskesmas Sawah Lebar, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam meningkatkan program promotif dan preventif terhadap kejadian Diabetes Melitus Tipe II pada wanita lansia, terutama melalui edukasi mengenai pentingnya aktivitas fisik secara teratur, deteksi dini pada individu yang memiliki riwayat keluarga Diabetes Melitus, serta pelaksanaan skrining gula darah secara berkala untuk mencegah terjadinya komplikasi.

3. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat, khususnya wanita lansia, hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe II. Wanita lansia diharapkan dapat menerapkan gaya hidup sehat dengan

meningkatkan aktivitas fisik sesuai kemampuan, menjaga berat badan ideal, mengonsumsi makanan bergizi seimbang, serta melakukan pemeriksaan gula darah secara rutin, terutama bagi yang memiliki riwayat keluarga Diabetes Melitus.

4. Bagi Peneliti Lain

Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam mengembangkan penelitian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe II pada wanita lansia. Penelitian berikutnya disarankan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, metode pengambilan sampel yang lebih representatif, serta menambahkan variabel lain yang belum diteliti, seperti pola makan, obesitas sentral, hipertensi, stres, riwayat diabetes gestasional, dan kebiasaan merokok, sehingga diperoleh gambaran faktor risiko yang lebih komprehensif.