

## **BAB 7**

### **PENUTUP**

#### **7.1 Kesimpulan**

1. Klien Diabetes Melitus di Klinik Penyakit Dalam RSUD Ibnu Sina Kabupaten Gresik hampir setengahnya memiliki aktivitas fisik tingkat sedang yaitu sebanyak 127 (49,03%) klien.
2. Klien Diabetes Melitus di Klinik Penyakit Dalam RSUD Ibnu Sina Kabupaten Gresik hampir seluruhnya memiliki hasil GDA dalam kategori normal sebanyak 213 (82,24%) klien.
3. Ada hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan kadar gula darah dimana nilai signifikansi sebesar 0,03.

#### **7.2 Saran**

##### **7.2.1 Bagi Rumah Sakit**

1. Menyediakan fasilitas dan program aktivitas fisik terstruktur, seperti senam diabetes atau jalan sehat mingguan, bagi klien diabetes melitus.
2. Memberikan pelatihan khusus kepada tenaga kesehatan mengenai manajemen aktivitas fisik sebagai bagian dari penatalaksanaan diabetes.

##### **7.2.2 Bagi Profesi Keperawatan**

1. Meningkatkan peran perawat dalam edukasi kesehatan, terutama dalam memotivasi klien diabetes untuk meningkatkan aktivitas fisik.
2. Mengintegrasikan pengukuran tingkat aktivitas fisik ke dalam asesmen rutin pasien diabetes melitus untuk memantau kemajuan dan kepatuhan.

### **7.2.3 Bagi Klien**

Klien diabetes melitus disarankan untuk meningkatkan aktivitas fisik secara bertahap sesuai kemampuan fisiknya, misalnya berjalan kaki selama 30 menit setiap hari. Selain itu, klien disarankan mengikuti edukasi kesehatan yang diadakan oleh rumah sakit untuk memahami pentingnya aktivitas fisik dalam mengelola diabetes.

### **7.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya**

1. Penelitian ini hanya menggunakan satu fasilitas kesehatan sebagai sampel, sehingga hasil penelitian mungkin tidak dapat digeneralisasikan ke populasi yang lebih luas.
2. Penelitian ini tidak menganalisis secara rinci semua faktor yang mempengaruhi kadar gula darah, seperti pola makan, konsumsi obat, dan tingkat stres.