

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian tentang pengaruh PROLANIS terhadap gula darah sewaktu pada penderita hipertensi di Puskesmas Banjardawa Kabupaten Pemalang didapatkan hasil sebagai berikut :

1. Hasil pengukuran gula darah sewaktu sebelum mengikuti PROLANIS didapatkan data rata – rata sebesar 228.02 mg/dl dengan nilai tengah sebesar 223.50 mg/dl
2. Hasil pengukuran gula darah sewaktu sesudah mengikuti PROLANIS didapatkan data rata – rata sebesar 181.02 mg/dl dengan nilai tengah sebesar 183.00 mg/dl.
3. Ada pengaruh signifikan PROLANIS terhadap gula darah sewaktu pada penderita hipertensi di Puskesmas Banjardawa Kabupaten Pemalang (p – value 0.000).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian saran yang diajukan antara lain :

1. Bagi responden
 - a. Diharapkan responden agar teratur melakukan kegiatan PROLANIS supaya dapat selalu mengontrol tekanan darah dan gula darah sesuai dengan anjuran dokter sehingga dapat meminimalisir kemungkinan komplikasi yang dapat terjadi.
 - b. Sebaiknya responden dapat menjaga dan menerapkan gaya hidup yang sehat.

2. Praktik keperawatan

Praktik keperawatan sebaiknya memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai tambahan literatur dalam upaya penatalaksanaan hipertensi untuk membantu dalam menstabilkan tekanan darah dan gula darah.

3. Bagi Puskesmas

Diharapkan dapat menyediakan media berisi informasi tentang hipertensi dan diabetes melitus diruang pemeriksaan agar dapat menambah pengetahuan bagi masyarakat. Diharapkan di setiap kegiatan PROLANIS tetap ada pembaruan setiap bulannya seperti edukasi, pemeriksaan tekanan darah dan gula darah, senam dan farmakologi agar responden tidak merasakan bosan dan selalu bersemangat dalam mengikuti kegiatan PROLANIS. Melalui kegiatan PROLANIS secara rutin dan teratur masyarakat diharapkan terbiasa hidup sehat dan selanjutnya mau melakukan deteksi dini atau cek kesehatan (tekanan darah dan gula darah) melalui posyandu lansia, posbindu dan puskesmas. Kegiatan PROLANIS di Puskesmas Banjardawa Kabupaten Pemalang bagian Reminder melalui SMS Gateway sebaiknya bisa dimodifikasi dengan memberikan informasi harus jelas melalui keluarga yang tinggal serumah, papan pengumuman dan surat.

4. Bagi peneliti lain

Diharapkan perlu diteliti lebih lanjut dengan menggunakan variabel lain atau teknik lain faktor yang dapat mempengaruhi penyakit penyerta pada gula darah.

5. Bagi Peneliti

Peneliti dapat menyampaikan hasil penelitian ini dan mengembangkan PROLANIS kepada masyarakat di wilayah desa / kelurahan binaan Puskesmas.