

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

1. Prevalensi hipotensi ortostatik (HO) pada penderita diabetes melitus (DM) di kelompok senam Persadia RS Husada pada periode Juli – September 2017 didapatkan 37,8%.
2. Didapatkan karakteristik penderita DM yang mengalami HO adalah sebagai berikut:
 - a. Subjek penelitian lebih dominan terjadi pada usia > 60 tahun (sepuluh dari tujuh belas orang).
 - b. Terdapat 9 orang atau 52,9% memiliki kadar GDS yang tidak terkontrol, dengan durasi menderita DM < 10 tahun (64,7%)
 - c. Subjek penelitian lebih dominan masuk dalam katategori IMT normal yaitu 58,8%.
 - d. Sebelas dari tujuh belas orang yang mengalami HO memiliki riwayat hipertensi. Riwayat mengkonsumsi antihipertensi didapatkan amlodipin sebagai antihipertensi yang paling banyak dikonsumsi (29,4%).
 - e. Sebagian besar subjek penelitian tidak memiliki riwayat *stroke* (88,2%).

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka saran yang diberikan adalah

1. Diharapkan kesadaran terhadap penderita DM untuk selalu mengontrol kadar gula darah secara rutin demi kesehatan pasien.
2. Meningkatkan kesadaran terhadap penderita DM dalam mengatur pola makan yang baik dan meningkatkan aktivitas.
3. Meningkatkan kesadaran dalam mengontrol tekanan darah dan mengkonsumsi obat antihipertensi untuk mengurangi faktor risiko.

4. Diharapkan adanya penyuluhan mengenai dampaknya HO pada penderita DM khususnya pada usia lanjut, dan perlunya pemantauan indeks glikemi rutin pada kelompok senam Persadia RS Husada.
5. Untuk penelitian selanjutnya, diharapkan melakukan penelitian lebih mendalam mengenai faktor risiko yang dapat mempengaruhi terjadinya HO pada penderita DM.
6. Pemeriksaan kadar gula darah diharapkan dapat menggunakan HbA1c sebagai acuan untuk mendiagnosa DM.