

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya mengenai gambaran tingkat aktivitas fisik penderita diabetes melitus selama pandemi covid-19 di wilayah kerja Puskesmas Situ dapat ditarik kesimpulan yakni:

1. Berdasarkan karakteristik responden di wilayah kerja Puskesmas Situ tepatnya di Kelurahan Situ, didapatkan gambaran responden berdasarkan usia sebagian besar berumur 56-65 tahun sebanyak 18 responden (36.7%), menurut jenis kelamin paling banyak berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 34 responden (69.4%), berdasarkan pekerjaan yaitu mayoritas bekerja dalam mengurus rumah tangga sebanyak 33 responden (67.3%).
2. Berdasarkan tingkat aktivitas fisik penderita diabetes melitus selama pandemi covid-19, didapatkan gambaran responden berdasarkan tingkat aktivitas fisik melalui sebaran kuesioner *Global Physical Activity Questionnaire* sebagian besar memiliki tingkat aktivitas fisik sedang sebanyak 32 orang (65.3%), kategori aktivitas fisik ringan dengan jumlah 13 orang (26.5%), sedangkan responden dengan kategori aktivitas berat sejumlah 4 orang (8.2%).

#### **5.2 Saran**

##### **5.2.1 Bagi Pengembangan dan Penelitian Selanjutnya**

Dari hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai dasar pengembangan dalam menyampaikan informasi mengenai pentingnya aktivitas fisik pada penderita diabetes melitus terutama saat pandemi covid-19. Sedangkan untuk penelitian selanjutnya yaitu agar lebih menggali aktivitas fisik penderita diabetes melitus dengan jenis instrumen penelitian lain dalam mengidentifikasi jenis aktivitas fisik terutama saat pandemi covid-19.

### **5.2.2 Bagi Petugas Kesehatan**

Dari hasil penelitian ini semoga puskesmas mampu memberikan kebijakan dalam program pengelolaan diabetes oleh petugas puskesmas yang berkaitan dengan Aktivitas fisik khususnya selama masa pandemi covid-19.