

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Tidak terdapat peningkatan kadar HDL pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Kelompok Persatuan Diabetes Indonesia (PERSADIA) RS PKU Muhammadiyah Unit 1 antara sebelum dan sesudah senam ADUHAI yang dibuktikan dengan $p=0,44$ (tidak signifikan).
2. Jumlah penderita diabetes melitus tipe 2 berjenis kelamin perempuan lebih banyak daripada laki-laki di Kelompok PERSADIA RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta Unit 1 (65%:35%).
3. Jumlah penderita diabetes melitus tipe 2 usia 45-64 tahun lebih banyak daripada usia ≥ 65 tahun di Kelompok PERSADIA RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta Unit 1 (76%:24%).

B. Saran

1. Untuk penelitian selanjutnya sebaiknya dilakukan dengan menggunakan desain penelitian *Randomized Controlled Trial*.
2. Untuk penelitian selanjutnya sebaiknya dilakukan tanpa variabel pengganggu seperti gaya hidup, pola makan, lingkungan, dan obat.
3. *Follow up* yang dilakukan harus lebih baik.
4. Perpanjangan waktu dan durasi pelaksanaan senam.
5. Pengukuran kualitas komponen HDL dalam serum.