

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dari penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan dalam beberapa poin berikut.

1. Nilai median kadar glukosa darah puasa pada pasien yang rutin minum teh daun kelor yaitu 130,5 mg/dL dengan rentang 112-154 mg/dL.
2. Nilai median kadar glukosa darah puasa pada pasien yang tidak rutin minum teh daun kelor yaitu 129 mg/dL dengan rentang 113-177 mg/dL.
3. Nilai median kadar glukosa darah puasa pada pasien yang tidak minum teh daun kelor yaitu 149 mg/dL dengan rentang 78-363 mg/dL.
4. Dari nilai kadar glukosa darah puasa pada ketiga kelompok tersebut, dapat disimpulkan bahwa kelompok responden yang rutin minum teh daun kelor dan tidak rutin minum teh daun kelor memiliki kadar glukosa darah puasa yang lebih rendah daripada kelompok yang tidak minum teh daun kelor sama sekali.
5. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi teh daun kelor dengan kadar glukosa darah puasa penderita diabetes melitus di Klinik Pratama Sidabowa Kabupaten Banyumas.

B. Saran

Saran yang dapat penulis berikan demi kesempurnaan penelitian selanjutnya adalah sebagai berikut :

1. Dapat digunakan metode penelitian yang lebih ketat seperti eksperimental atau uji klinis untuk melihat efektivitas teh daun kelor terhadap kadar

glukosa darah puasa menggunakan jumlah sampel yang lebih besar sesuai dengan perhitungan kriteria minimal sampel.

2. Perlunya pengendalian faktor eksternal yang mempengaruhi kadar glukosa darah secara ketat terutama dari aspek empat pilar penatalaksanaan diabetes seperti edukasi, terapi nutrisi medis, latihan fisik atau kebiasaan olahraga, dan terapi farmakologi.
3. Perlu dilakukan pengkajian lebih lanjut terkait dosis dan durasi konsumsi teh daun kelor yang efektif terhadap kadar glukosa darah puasa manusia, sehingga untuk penelitian selanjutnya dapat meneliti terkait efek teh daun kelor terhadap kadar glukosa darah puasa dengan durasi konsumsi lebih dari dua minggu.

