

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Sebagian besar (63,4%) pasien DMT2 peserta JKN di Kabupaten Banyumas memiliki asupan kalori kurang.
2. Sebagian kecil (27,4%) pasien DMT2 peserta JKN di Kabupaten Banyumas yang mencapai kontrol glikemik yang baik.
3. Terdapat hubungan antara asupan makan dengan kontrol glikemik pasien DMT2 peserta JKN di Kabupaten Banyumas.

B. Saran

- 1. Untuk Masyarakat**
 - a. Masyarakat, khususnya penderita diabetes melitus, disarankan untuk memperhatikan pola makan yang seimbang dan mengikuti anjuran kalori yang sesuai dengan kebutuhan tubuh untuk mendukung pengelolaan gula darah yang lebih baik.
- 2. Untuk Puskesmas**
 - a. Puskesmas disarankan untuk meningkatkan program edukasi gizi bagi penderita diabetes melitus, dengan memberikan informasi yang jelas tentang pentingnya asupan makanan yang seimbang dan sesuai kebutuhan energi dalam mengontrol kadar gula darah.
 - b. Puskesmas dapat meningkatkan pemantauan pasien secara berkala untuk mengevaluasi pola makan dan kebiasaan hidup sehat guna mencegah

ketidakseimbangan gizi yang berkontribusi pada kontrol glikemik yang buruk.

3. Saran untuk Pemerintah:

- a. Pemerintah diharapkan dapat meningkatkan kesadaran publik melalui kampanye kesehatan yang berfokus pada pentingnya pola makan sehat bagi pengelolaan diabetes melitus, dengan menargetkan komunitas berisiko tinggi.
- b. Penyediaan akses yang lebih luas terhadap layanan kesehatan yang terjangkau, termasuk pengobatan dan konsultasi gizi, dapat membantu mendorong pengelolaan diabetes yang lebih baik di masyarakat.

4. Untuk Peneliti Selanjutnya

- a. Disarankan untuk penelitian lebih lanjut dengan desain longitudinal dengan tujuan mengevaluasi pengaruh jangka panjang asupan kalori terhadap kontrol glikemik pada pasien diabetes melitus tipe 2 (DMT2).
- b. Penelitian dapat memperluas fokus pada faktor-faktor lain yang mungkin memengaruhi kontrol glikemik, seperti faktor psikososial, tingkat kepatuhan terhadap terapi, serta jenis intervensi diet yang lebih terperinci.