

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 43 responden, yaitu pasien diabetes mellitus tipe II rawat jalan di RSUD Prof. Dr. Margono Soekardjo Purwokerto didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian besar (69,8%) responden berjenis kelamin perempuan, sebanyak 41,9% responden berusia 55-64 tahun, sebagian besar (67,4%) responden IRT/tidak bekerja, sebanyak 27,9% responden memiliki latar belakang pendidikan SMA, sebagian besar (58,1%) responden memiliki status glukosa darah puasa yang buruk, dan sebanyak 44,2% responden memiliki status gizi obesitas.
2. Sebagian besar (83,7%) responden memiliki asupan gula dan hasil olahan yang baik, sebagian besar (95,3%) responden memiliki porsi konsumsi sayuran yang tidak baik, dan sebagian besar (67,4%) responden memiliki porsi konsumsi buah yang tidak baik.
3. Jumlah asupan energi responden tergolong kurang, yaitu sebesar 39,5%. Jumlah asupan karbohidrat responden tergolong kurang, yaitu sebesar 62,8%. Jumlah asupan protein responden tergolong lebih, yaitu sebesar 41,9%. Jumlah asupan lemak responden tergolong lebih, yaitu sebesar 76,7%.
4. Sebagian besar (76,7%) responden memiliki jadwal makan yang tidak baik.
5. Tidak ada responden yang memiliki pola makan tergolong sangat tepat. Sebanyak 2,3% responden memiliki pola makan yang tepat dan kurang tepat

sebanyak 20,9%. Sebagian besar (76,7%) responden memiliki pola makan yang tidak tepat.

6. Status gizi pada pasien diabetes mellitus tipe II tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan status glukosa darah puasa.
7. Asupan gula dan hasil olahan pada pasien diabetes mellitus tipe II tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan status glukosa darah puasa, porsi konsumsi sayuran pada pasien diabetes mellitus tipe II tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan status glukosa darah puasa, dan porsi konsumsi buah pada pasien diabetes mellitus tipe II tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan status glukosa darah puasa.
8. Jumlah asupan energi pada pasien diabetes mellitus tipe II memiliki hubungan yang signifikan dengan status glukosa darah puasa, jumlah asupan karbohidrat pada pasien diabetes mellitus tipe II tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan status glukosa darah puasa, jumlah asupan protein pada pasien diabetes mellitus tipe II memiliki hubungan yang signifikan dengan status glukosa darah puasa, dan jumlah asupan lemak pada pasien diabetes mellitus tipe II tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan status glukosa darah puasa.
9. Jadwal makan pada pasien diabetes mellitus tipe II tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan status glukosa darah puasa.
10. Pola makan pada pasien diabetes mellitus tipe II tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan status glukosa darah puasa.

B. Saran

1. Bagi pasien diabetes mellitus tipe II rawat jalan di RSUD Prof. Dr. Margono Soekardjo Purwokerto

Pasien disarankan untuk lebih memperhatikan pola makan, terutama dalam pemilihan makanan yang sehat, meliputi makanan rendah lemak, tinggi serat, memperbanyak konsumsi sayuran dan buah-buahan, dan mengurangi konsumsi makanan siap saji. Asupan makan pasien juga harus disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing pasien serta membiasakan diri melakukan olahraga untuk mengurangi potensi kejadian status gizi gemuk dan obesitas.

2. Bagi pihak RSUD Prof. Dr. Margono Soekardjo Purwokerto

Perlu diadakan sosialisasi mengenai pola makan yang baik dan benar bagi para penderita diabetes mellitus tipe II.

3. Bagi peneliti lain

Perlu adanya penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang berpengaruh terhadap status glukosa darah puasa pasien diabetes mellitus tipe II seperti hubungan antara tingkat pengetahuan dan aktivitas fisik dengan status glukosa darah puasa pasien diabetes mellitus tipe II.