

## **BAB 5**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Pada bab ini peneliti akan menyampaikan tentang hubungan kepatuhan diet dengan perubahan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus di Rumah Sakit Imelda Pekerja Indonesia.

#### **5.1. Kesimpulan**

Berdasarkan data dan hasil penelitian yang dilakukan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Kepatuhan diet pada pasien Diabetes Melitus di Rumah Sakit Imelda Pekerja Indonesia. adalah patuh sebanyak (59,4%).
2. Normalitas kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus di Rumah Sakit Imelda Pekerja Indonesia. adalah masing-masing (50,0%).
3. Ada hubungan kepatuhan diet Diabetes Melitus dengan perubahan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus di Rumah Sakit Imelda Pekerja Indonesia. ( p value = 0,000).

#### **5.2.Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disajikan maka ada beberapa saran yang dapat disampaikan kepada beberapa pihak terkait yaitu:

##### **5.2.1. Bagi Responden**

Diharapkan untuk para responden yang sudah patuh terhadap diet juga harus diimbangi dengan aktifitas fisik ataupun olahraga secara rutin setiap hari, serta konsumsi obat sesuai anjuran. Dan juga untuk responden yang tidak patuh terhadap diet diharapkan lebih meningkatkan kepatuhan dengan cara seperti,

mengurangi makanan yang rasa manis, makanan yang digoreng, dan makanan yang banyak mengandung lemak khususnya daging hewani serta diimbangi dengan aktivitas fisik, rajin berolahraga, dan rutin mengonsumsi obat atau insulin.

#### 5.2.2. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan hasil penelitian ini dapat disebarluaskan ke Poli Gizi sebagai bahan pertimbangan untuk memberikan program penyuluhan dan konsultasi yang lebih efektif dan efisien terkait perencanaan makan (diet) bagi penderita DM.

#### 5.2.3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat menambah sumber referensi dan daftar pustaka berkaitan dengan Kepatuhan Diet Diabetes Melitus Dengan Perubahan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus sehingga dapat digunakan sebagai bahan penelitian dengan variabel lain.

#### 5.2.4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya hendaknya meningkatkan hasil penelitian dengan mengendalikan faktor lain yang mempengaruhi penelitian ini dengan menambahkan variabel pada penelitian, sehingga dapat diperoleh hasil penelitian yang lebih baik.