BAB VI
SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

1. Sampel yang diteliti berjumlah 28 sampel. Sebesar 46,4% sampel berjenis kelamin laki-laki dan sebesar 53,6% sampel berjenis kelamin perempuan. Sebesar 3,6% sampel berada dalam kategori usia 30-34 tahun, 14,3% sampel berada dalam kategori usia 35-44 tahun, dan 82,1% sampel berada dalam kategori usia 45-55 tahun. Rata-rata lama sampel terkena diabetes mellitus selama 3 tahun, dengan waktu terlama 5 tahun dan terbaru yaitu 1 tahun 6 bulan. Semua sampel yang diteliti menggunakan Obat Anti Diabetes (OAD). Status gizi sampel yang diteliti terdistribusi dalam kategori kurus sebesar 7,1%, normal sebesar 32,1%, overweight sebesar 21,4%, dan Obese sebesar 39,3%.
2. Sebesar 96,4% sampel yang tergolong dalam kategori tidak patuh dengan diet yang dijalaninya, dan 3,6% sampel yang patuh terhadap diet yang dijalaninya.
3. Sebesar 39.3% sampel dengan asupan karbohidrat baik, 39.3% dengan asupan karbohidrat kurang dan 21.4% sampel dengan asupan karbohidrat lebih.
4. Sebesar 85,7% sampel dengan hasil pemeriksaan glukosa darah puasa yang tidak terkontrol, dan 14.3% sampel dengan hasil pemeriksaan kadar glukosa darah puasa yang terkontrol.
5. Terdapat 27 sampel dengan kategori tidak patuh terhadap diet yang dijalaninya, diantara 27 sampel tersebut terdapat 11,1% sampel yang kadar glukosa darah puasanya terkontrol, dan 88,9% sampel yang kadar glukosa darah puasanya tidak

terkontrol. Adapun 1 dari 28 sampel tersebut termasuk dalam kategori patuh dengan diet yang dijalani memiliki kadar glukosa darah puasa yang terkontrol.

6. Terdapat 11 sampel pada masing-masing kategori asupan karbohidrat kurang (<45%) dan baik (45-65%), diantara 11 sampel dari masing-masing kategori tersebut terdapat 18,2% dengan kadar glukosa darah puasa terkontrol, dan 81,8% dengan kadar glukosa darah puasanya tidak terkontrol. Adapun 6 sampel lainnya dengan kategori asupan karbohidrat lebih(>65%) kadar glukosa darah puasanya tidak ada yang terkontrol.

6.2 Saran

1. Diharapkan penelitian selanjutnya dapat meneliti variabel-variabel lain yang tidak diteliti yang mungkin dapat mempengaruhi kadar glukosa darah puasa seperti penggunaan obat, dan aktifitas fisik, serta melakukan metode food recall 2x24 jam agar data yang dihasilkan lebih baik.
2. Perbaikan penyampaian edukasi dan konseling perlu dilakukan agar pasien diabetes mellitus tipe 2 termotivasi untuk menerapkan apa saja yang telah diberikan selama edukasi dan konseling selama ini.
3. Penderita diabetes mellitus tipe 2 dianjurkan untuk lebih memperhatikan kepatuhan terhadap diet yang dijalani, ikuti jadwal makan, jenis dan jumlah makanan yang telah dianjurkan, serta lakukan aktivitas fisik agar kadar glukosa darah dapat terkendali.