

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

#### **5.1 Simpulan**

##### **5.1.1 Pola Diet Penderita Diabetes Mellitus**

Sebagian besar responden memiliki pola diet yang baik. Hal tersebut karena faktor pola hidup sehat yang baik terutama dalam kepatuhan menjalankan pola diet yang meliputi tepat jadwal, tepat jumlah, dan tepat jenis yang sangat berpengaruh terhadap kelangsungan proses pengendalian penyakit diabetes mellitus tipe 2. Apabila terus-menerus diterapkan secara efektif dan tepat dapat membantu mengurangi terjadinya komplikasi pada pasien.

##### **5.1.2 Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus**

Sebagian besar responden memiliki kadar gula darah yang tinggi. Hal tersebut karena faktor usia, sebagian besar responden berusia 46-65 tahun. Diabetes merupakan penyakit yang berkaitan dengan metabolisme karbohidrat, bertambahnya usia akan menurunkan fungsi organ tubuh sehingga produksi insulin dan metabolisme glukosa terganggu.

### **5.1.3 Hubungan Pola Diet dengan Hasil Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2**

Adanya hubungan antara pola diet dengan hasil pemeriksaan kadar gula darah yang ada pada penderita diabetes mellitus tipe 2. Hal tersebut karena faktor pola diet, apabila tidak menjalankan pola diet 3J seperti yang dianjurkan, maka akan mempengaruhi ketidakstabilan kadar glukosa darah. Oleh karena itu prinsip pola diet 3J bagi penderita Diabetes Mellitus tipe 2 amat sangat penting dilakukan agar kadar glukosa darah dapat terkontrol.

## **5.2 Rekomendasi**

### **5.2.1 Bagi Pelayanan Kesehatan**

Hasil penelitian ini, disarankan menjadi data dasar bagi pelayanan kesehatan dalam melakukan intervensi untuk meningkatkan pengetahuan terkait penatalaksanaan diet pada penderita Diabetes Mellitus tipe 2, sehingga dapat mengurangi prevalensi kejadian penyakit Diabetes Mellitus tipe 2 dan komplikasinya serta penderita tersebut dapat mengontrol kadar glukosa darahnya dengan mandiri.

### **5.2.2 Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini, disarankan digunakan sebagai literatur untuk mengembangkan keilmuan khususnya keperawatan medikal bedah dan merupakan masukan bagi para mahasiswa untuk memperkaya bacaan.

### **5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil penelitian ini, disarankan menjadi data dasar untuk penelitian berikutnya terkait penyakit Diabetes Mellitus, pola diet, dan hasil pemeriksaan kadar glukosa darah agar lebih mengembangkannya dengan menggunakan metode penelitian serta data - data yang lebih mendukung.