

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Tingkat Kepatuhan Diet Dan Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Rampal Celaket tahun 2024, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 70%, mayoritas responden berumur lansia akhir sebanyak 65%, mayoritas responden memiliki jenjang Pendidikan SMA sebanyak 55%, pekerjaan responden 50% yaitu sebagai IRT dengan penyakit penyerta 85% dengan penyakit hipertensi, dan sebanyak 60% lebih dari 5 tahun sudah menderita Diabetes Mellitus Tipe 2.
2. Pola makan 3J (Jumlah, Jenis, dan Jadwal) sebelum dilakukan konseling gizi tidak terdapat kepatuhan dalam menjalankan kepatuhan diet DM.
3. Kadar glukosa darah puasa diukur menggunakan alat glucometer pada minggu ke-1 sebelum dilakukan konseling gizi dan minggu ke-3 setelah dilakukan konseling gizi. Didapatkan hasil sebelum intervensi glukosa darah puasa tertinggi 234 mg/dl dan terendah 160 mg/dl.
4. Terdapat pengaruh konseling gizi terhadap tingkat kepatuhan diet 3J (Jumlah, Jenis, Jadwal) dan kadar glukosa darah di Puskesmas Rampal Celaket. Setelah dilakukan intervensi didapatkan kadar glukosa darah tertinggi 135 mg/dl dan terendah 110 mg/dl.

5.2 Saran

1. Diharapkan bagi Ahli Gizi Puskesmas Rampal Celaket bisa melakukan konseling gizi dengan rutin dan pemberian intervensi berupa edukasi atau konseling gizi dengan tujuan dapat memonitoring perubahan kebiasaan makan hingga kepatuhan diet untuk pencegahan dan pengendalian kadar glukosa darah dan kejadian diabetes mellitus tipe 2.
2. Bagi penelitian selanjutnya, dapat dilakukan sebuah intervensi berupa konseling gizi dengan media yang lebih lengkap seperti food model sehingga dapat meningkatkan kepatuhan diet. Peneliti selanjutnya diharapkan menggunakan penambahan group control sehingga dapat mengetahui lebih valid pengaruh konseling gizi terhadap kepatuhan diet dan kadar glukosa darah pasien diabetes mellitus tipe II.