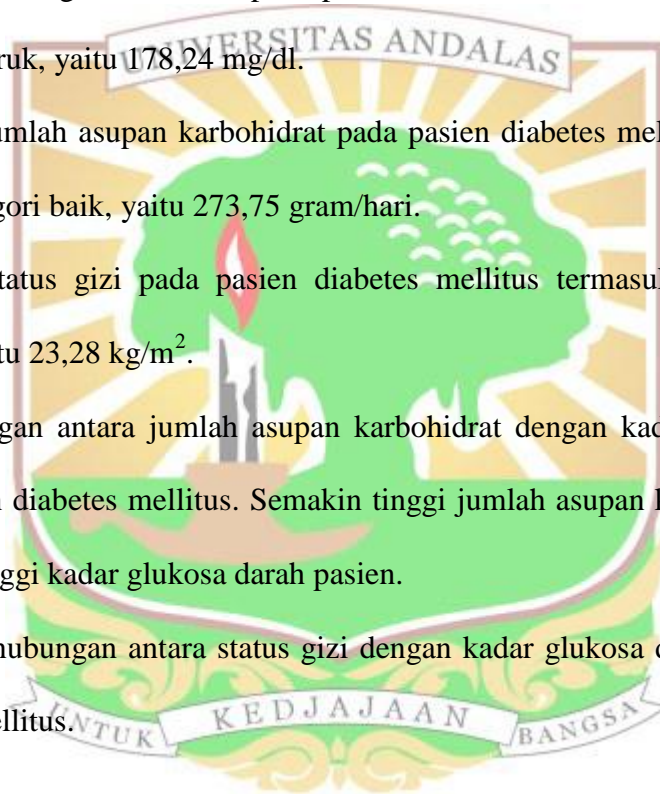


BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Hubungan Jumlah Asupan Karbohidrat dan Status Gizi dengan Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Mellitus di RSUP Dr. M. Djamil Padang Tahun 2016, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Rata-rata kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus termasuk ke dalam kategori buruk, yaitu 178,24 mg/dl.
2. Rata-rata jumlah asupan karbohidrat pada pasien diabetes mellitus termasuk ke dalam kategori baik, yaitu 273,75 gram/hari.
3. Rata-rata status gizi pada pasien diabetes mellitus termasuk dalam kategori normal, yaitu 23,28 kg/m².
4. Ada hubungan antara jumlah asupan karbohidrat dengan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus. Semakin tinggi jumlah asupan karbohidrat, maka semakin tinggi kadar glukosa darah pasien.
5. Tidak ada hubungan antara status gizi dengan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus.



6.2 Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat melakukan penelitian lanjutan dengan mengembangkan variabel semua asupan zat gizi makro dan zat gizi mikro.

2. Bagi Masyarakat

Diharapkan kepada masyarakat yang telah terindikasi menderita penyakit diabetes mellitus untuk :

- a. Menjaga makanan yang dikonsumsi, baik itu jenis makanan, jumlah makanan yang dikonsumsi. Dianjurkan untuk mengonsumsi makanan yang merupakan sumber karbohidrat kompleks dan banyak mengonsumsi sayur dan buah.
- b. Menjaga status gizi dalam batas normal dengan selalu menjaga pola makan dan melakukan aktifitas fisik/ olahraga.
- c. Mengontrol kadar glukosa darah sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi lebih lanjut dari penyakit diabetes itu sendiri.

