

BAB 6: KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai hubungan kepatuhan diet asupan energi, protein dan nafsu makan dengan status gizi pada pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RSUP Dr. M. Djami Padang, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Distribusi frekuensi kepatuhan diet asupan energi, sebagian besar pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2026 tergolong tidak patuh terhadap diet asupan energi, yaitu sebanyak 32 orang (62%)
2. Distribusi frekuensi kepatuhan diet asupan protein, sebagian besar pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2026 tergolong tidak patuh terhadap diet asupan protein, yaitu sebanyak 33 orang (63%)
3. Distribusi frekuensi nafsu makan, sebagian besar pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2026 memiliki nafsu makan yang baik, yaitu sebanyak 37 orang (71%)
4. Distribusi frekuensi status gizi pada pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2026 menunjukkan jumlah yang sama antara status gizi normal dan status gizi tidak normal, yaitu masing-masing sebanyak 26 orang (50%)
5. Terdapat hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet asupan energi dengan status gizi pada pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2026 dengan nilai $p\text{-value} < 0,001$.

6. Terdapat hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet asupan protein dengan status gizi pada pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2026 dengan nilai *p-value* <0,001.
7. Terdapat hubungan yang bermakna antara nafsu makan dengan status gizi pada pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis di RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2026 dengan nilai *p-value* <0,001.

6.2 Saran

Sebagai tindak lanjut dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka penelitian ini memiliki beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Pasien

Pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis disarankan untuk lebih memperhatikan kecukupan jumlah asupan energi dan protein, tidak hanya frekuensi makan maupun pemilihan jenis makanan. Pasien diharapkan menerapkan pola makan dengan porsi yang sesuai kebutuhan, mengonsumsi sumber energi dan protein yang dianjurkan, serta membagi waktu makan menjadi porsi kecil tetapi lebih sering apabila mengalami penurunan nafsu makan. Selain itu, pasien dianjurkan berkonsultasi secara berkala dengan ahli gizi untuk mengevaluasi kecukupan asupan dan menyesuaikan pengaturan diet sesuai kondisi klinisnya.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan, khususnya dokter, perawat, dan ahli gizi, diharapkan mengoptimalkan pemantauan kepatuhan diet pasien hemodialisis melalui asesmen rutin terhadap asupan energi, protein, nafsu makan, dan status gizi. Edukasi gizi tidak hanya difokuskan pada pemilihan jenis makanan, tetapi juga pada kecukupan porsi sesuai kebutuhan masing-masing pasien. Selain itu, hasil

penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam penyusunan program konseling gizi yang lebih terarah bagi pasien dengan risiko ketidakpatuhan diet dan malagizi.

3. Bagi Institusi Kesehatan (RSUP Dr. M. Djamil Padang)

RSUP Dr. M. Djamil Padang diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai bahan evaluasi dalam meningkatkan pelayanan gizi bagi pasien hemodialisis. Rumah sakit dapat mengembangkan program pemantauan kepatuhan diet secara berkala melalui skrining asupan energi, protein, nafsu makan, dan status gizi, serta memperkuat kolaborasi antara dokter, perawat, dan ahli gizi dalam memberikan edukasi dan tindak lanjut kepada pasien yang berisiko mengalami malagizi atau *protein energy wasting* (PEW).

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau kohort agar hubungan sebab-akibat antarvariabel dapat dianalisis secara lebih jelas. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengendalikan faktor-faktor yang berpotensi memengaruhi status gizi, seperti aktivitas fisik, adekuasi hemodialisis, kondisi psikologis, penyakit penyerta, tingkat inflamasi, dan penggunaan obat-obatan. Penilaian asupan protein juga disarankan tidak hanya berdasarkan jenis sumber protein, tetapi juga mempertimbangkan kualitas protein, misalnya melalui analisis komposisi asam amino (*Amino Acid Analysis*), sehingga hubungan antara asupan protein dan status gizi dapat dijelaskan secara lebih komprehensif.