

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian ini didapatkan kesimpulan bahwa perilaku diet pasien diabetes melitus di RSUD Permata Bunda Tasikmalaya di kategorikan kurang, dikarenakan masih banyak pasien yang mengkonsumsi makanan yang tinggi kadar gula, goreng-gorengan, dan santan. **Salah satunya terhadap gaya hidup sehat**, kesalahan pemahaman ini menyebabkan ketidak konsistenan dalam menjalankan diet. Sebagian besar responden tidak memahami prinsip-prinsip dasar diet yang dianjurkan bagi penderita diabetes melitus. Banyak dari responden tidak mengetahui pentingnya mengatur asupan karbohidrat, membatasi makanan tinggi gula dan lemak jenuh, serta pentingnya konsumsi serat, buah, dan sayuran, bahkan masih ditemukan anggapan keliru seperti “asal tidak makan nasi, sudah cukup untuk mengontrol gula darah”, tanpa memperhatikan total kalori dan jenis makanan pengganti yang dikonsumsi.

B. Saran

1. Bagi Rumah Sakit diharapkan kepada tenaga kesehatan memberikan edukasi kepada responden terhadap pentingnya pengetahuan diet diabetes melitus untuk mengontrol kadar gula darah agar tetap stabil.
2. Bagi institusi pendidikan diharapkan dapat meningkatkan kualitas pembelajaran terkait diet pada pasien diabetes melitus tipe II dengan

menyediakan media edukasi digital, serta memfasilitasi mahasiswa dalam melakukan praktik edukasi secara langsung. Hal ini penting agar lulusan memiliki kompetensi dalam memberikan edukasi gizi yang efektif dan berorientasi pada pencegahan komplikasi diabetes melitus.

3. Bagi tenaga kesehatan membuat program edukasi untuk memper timbangkan nilai-nilai budaya, pola makan, dan kebiasaan sosial yang berlaku di lingkungan setempat. Edukasi yang disesuaikan dengan konteks budaya akan lebih efektif dalam mengubah perilaku dan meningkatkan kesadaran pasien serta keluarga tentang pentingnya pengelolaan diet secara benar.

