

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan temuan dan analisis penelitian “hubungan perilaku *self-management* dan status gizi dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2026” sehingga didapat kesimpulan antara lain:

1. Karakteristik responden pasien penderita diabetes melitus tipe 2 sebagian besar usia 45–59 tahun, berjenis kelamin perempuan, dan lama menderita diabetes melitus > 5 tahun.
2. Sebagian besar responden perilaku *self-management* baik.
3. Sebagian besar responden status gizi tidak normal.
4. Sebagian besar responden kadar gula darah tidak terkontrol.
5. Terdapat hubungan antara perilaku *self-management* dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di area kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.
6. Terdapat hubungan antara status gizi dengan kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di area kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terdapat beberapa saran yang direkomendasikan oleh peneliti yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti Lainnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengkaji lebih mendalam berbagai faktor yang memengaruhi tingkat glukosa darah pada individu yang menderita Diabetes Melitus Tipe 2, khususnya komponen *self-management* dan status gizi. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat menggunakan jumlah sampel yang lebih besar agar diperoleh hasil yang lebih optimal..

2. Bagi Puskesmas

Puskesmas Sawah Lebar diharapkan dapat meningkatkan program edukasi diabetes, khususnya terkait perilaku *self-management* dan pengelolaan status gizi melalui penyuluhan, konseling gizi, serta pemantauan kesehatan secara berkala. Kegiatan tersebut diharapkan dapat membantu pasien dengan Diabetes Melitus Tipe 2 dalam mengatur kadar gula darah sehingga risiko komplikasi dapat diminimalkan.

3. Bagi Institusi Pendidika

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan ajar dan referensi tambahan bagi mahasiswa gizi dan dietetika tentang pentingnya perilaku *self-management* dalam pengendalian diabetes melitus tipe 2.