

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) pada Ny. S. Selama tanggal 14–20 April 2026, dapat disimpulkan bahwa:

1. Pengkajian gizi pada Ny. S, usia 66 tahun dengan diagnosis diabetes melitus tipe 2, menunjukkan keluhan sering merasa haus, sering buang air kecil (BAK), dan mudah lelah saat beraktivitas. Hasil pemeriksaan biokimia menunjukkan kadar gula darah sewaktu sebesar 206 mg/dL yang termasuk kategori hiperglikemia. Berdasarkan pengukuran antropometri, diperoleh berat badan 55 kg dan tinggi badan 148 cm dengan IMT 25,1 kg/m² yang termasuk kategori obesitas I. Hasil wawancara menggunakan FFQ menunjukkan bahwa pasien memiliki pola makan 2 kali makan utama dan 1 kali selingan per hari, masih sering mengonsumsi makanan yang digoreng, makanan bersantan, sate, kerupuk, serta minuman sereal instan.
2. Diagnosis gizi yang ditegakkan berdasarkan hasil pengkajian yaitu NI-1.2 asupan energi tidak adekuat, NC-2.2 perubahan nilai laboratorium terkait gizi, NC-3.3 kelebihan berat badan (obesitas I), dan NB-1.3 tidak siap untuk diet/merubah gaya hidup. Diagnosis tersebut berkaitan dengan pola makan yang belum sesuai dengan kebutuhan pasien diabetes melitus serta kurangnya pengetahuan mengenai pengaturan makan yang tepat.
3. Intervensi gizi yang diberikan berupa diet diabetes melitus sesuai kebutuhan pasien dengan pengaturan jumlah, jenis, dan jadwal makan.

Selain itu, pasien diberikan edukasi dan konseling gizi menggunakan media leaflet mengenai pengaturan diet diabetes melitus, pemilihan bahan makanan yang dianjurkan dan dibatasi, pentingnya membatasi makanan tinggi lemak dan gula sederhana, serta penerapan pola hidup sehat untuk membantu mengendalikan kadar glukosa darah.

4. Monitoring dan evaluasi menunjukkan adanya perkembangan kondisi pasien selama masa intervensi. Berat badan pasien mengalami penurunan dari 55 kg menjadi 54,6 kg, sehingga status gizi berubah dari obesitas I menjadi overweight. Kadar gula darah sewaktu juga mengalami penurunan dari 206 mg/dL menjadi 197 mg/dL. Kondisi fisik pasien menunjukkan perbaikan yang ditandai dengan berkurangnya keluhan sering BAK dan mudah lelah saat beraktivitas. Pada akhir pemantauan, pasien tidak lagi mudah lelah dan frekuensi BAK sudah tidak sering, sedangkan rasa haus hanya dirasakan pada malam hari.
5. Pemberian edukasi gizi pada Ny. S menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan mengenai diabetes melitus dan pengaturan diet yang sesuai. Hasil pre-test pengetahuan diet diabetes melitus menunjukkan nilai sebesar 60%, kemudian meningkat menjadi 67% pada post-test. Selain itu, hasil kuesioner Diabetes Knowledge Questionnaire (DKQ) juga mengalami peningkatan dari 67% menjadi 100%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman pasien mengenai penyakit Diabetes melitus serta pentingnya penerapan pola makan yang sesuai untuk membantu mengontrol kadar gula darah.

B. Saran

1. Bagi Pasien

Diharapkan pasien dapat menerapkan pola makan sesuai dengan anjuran diet diabetes melitus yang telah diberikan, terutama dalam mengatur jumlah, jenis, dan jadwal makan. Pasien juga diharapkan membatasi konsumsi makanan dan minuman yang tinggi gula sederhana serta lemak, memperbanyak konsumsi sayur dan buah, rutin melakukan aktivitas fisik sesuai kemampuan, serta mematuhi pengobatan yang telah dianjurkan oleh tenaga kesehatan. Selain itu, pemeriksaan kadar gula darah secara berkala perlu dilakukan untuk membantu memantau kondisi kesehatan dan mencegah terjadinya komplikasi.

2. Bagi Keluarga

Diharapkan keluarga dapat memberikan dukungan dalam penerapan diet diabetes melitus dengan membantu menyediakan makanan yang sesuai dengan kebutuhan pasien, mengingatkan jadwal makan dan konsumsi obat, serta memberikan motivasi agar pasien tetap menjalankan pola hidup sehat. Dukungan keluarga yang baik diharapkan dapat membantu meningkatkan kepatuhan pasien dalam menjalani terapi dan menjaga kadar gula darah tetap terkontrol.

3. Bagi Mahasiswa

Diharapkan mahasiswa dapat terus meningkatkan kemampuan dalam melaksanakan Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT), khususnya pada pasien diabetes melitus, mulai dari tahap pengkajian gizi, penentuan

diagnosis gizi, perencanaan intervensi, pelaksanaan edukasi dan konseling gizi, hingga monitoring dan evaluasi. Pengalaman yang diperoleh selama pelaksanaan asuhan gizi diharapkan dapat menjadi bekal dalam memberikan pelayanan gizi yang lebih baik dan profesional di masa mendatang.

