

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Pengkajian gizi menunjukkan bahwa Ny. H merupakan pasien perempuan usia 62 tahun dengan diagnosis medis Diabetes Melitus Tipe 2.
2. Hasil pemeriksaan biokimia menunjukkan kadar Gula Darah Sewaktu (GDS) sebesar 225 mg/dl. Pasien mengeluhkan haus pada malam hari, pusing, lemas, serta penglihatan kabur. Pasien juga memiliki riwayat hipertensi, asam urat, dan riwayat keluarga Diabetes Melitus Tipe 2 dari ibunya.
3. Diagnosis gizi ditegakkan berdasarkan hasil pengkajian gizi yang meliputi domain asupan (NI) yaitu asupan oral tidak adekuat, domain klinis (NC) yaitu perubahan nilai laboratorium terkait gizi yang ditandai dengan kadar GDS 225 mg/dl, dan domain perilaku (NB) yaitu ketidakmampuan mengatur diri sendiri dalam pemilihan makanan yang sesuai akibat kurangnya pengetahuan gizi. Pasien masih sering mengonsumsi makanan dan minuman manis yang dapat meningkatkan kadar gula darah.
4. Intervensi gizi diberikan sesuai kondisi pasien berupa Diet Diabetes Melitus 1300 kkal dengan prinsip 3J (Tepat Jenis, Tepat Jumlah, dan Tepat Jadwal). Kebutuhan gizi pasien meliputi energi 1.350 kkal, protein 43,2 gram, lemak 37,5 gram, dan karbohidrat 212,6 gram per hari. Selain itu dilakukan edukasi dan konseling gizi mengenai pengaturan makan Diabetes Melitus, pemilihan makanan yang dianjurkan dan

dibatasi, serta pentingnya kepatuhan terhadap diet untuk mengendalikan kadar gula darah.

4. Monitoring dan evaluasi gizi dilakukan dengan pemantauan asupan makan, kondisi fisik klinis, serta kepatuhan pasien terhadap diet yang diberikan. Hasil monitoring menunjukkan adanya perbaikan pola makan dan peningkatan pengetahuan pasien mengenai pengelolaan Diabetes Melitus. Keluhan yang dirasakan pasien mulai berkurang dan kondisi umum pasien relatif stabil, namun pemantauan kadar gula darah dan kepatuhan diet tetap perlu dilakukan secara berkelanjutan untuk mencegah terjadinya komplikasi.

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan waktu monitoring yang lebih panjang sehingga perubahan asupan makan, kadar gula darah, status gizi, dan kepatuhan diet pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dapat diamati secara lebih optimal dan komprehensif.

2. Bagi Pasien

- a. Pasien diharapkan menerapkan prinsip diet Diabetes Melitus dengan memperhatikan jadwal makan yang teratur, jenis makanan yang tepat, dan jumlah makanan yang sesuai kebutuhan.
- b. Pasien dianjurkan mengurangi konsumsi makanan dan minuman manis, makanan tinggi lemak, serta lebih memperbanyak konsumsi

sayur, buah yang sesuai anjuran, dan sumber protein rendah lemak guna membantu mengontrol kadar gula darah.

3. Bagi Keluarga

Keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan kepada pasien dalam menjalankan diet Diabetes Melitus, membantu menyediakan makanan sesuai anjuran, serta mengingatkan pasien untuk melakukan kontrol kesehatan secara rutin.

4. Bagi Puskesmas

Mengembangkan program edukasi gizi dan pengendalian Diabetes Melitus secara berkelanjutan melalui penyuluhan, konseling gizi, dan pemantauan rutin agar pasien mampu mengendalikan kadar gula darah serta mencegah terjadinya komplikasi penyakit.

