BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh pemberian kombinasi sari kedelai (Glycine max), air rebusan daun pandan (Pandanus amaryllifolius), dan bunga rosella (Hibiscus sabdariffa) terhadap kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Penurunan Kota Bengkulu tahun 2025, dapat disimpulkan beberapa hal berikut:

1. Terdapat penurunan kadar glukosa darah puasa yang signifikan pada kelompok perlakuan setelah mengonsumsi kombinasi sari kedelai, air rebusan daun pandan, dan bunga rosella selama 7 hari, dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya menerima edukasi melalui leaflet.
2. Uji statistik menunjukkan bahwa intervensi kombinasi minuman fungsional ini berpengaruh signifikan terhadap penurunan glukosa darah, berdasarkan hasil uji *paired t-test* dan *independent t-test*.
3. Hasil uji multivariat menunjukkan bahwa variabel confounding seperti asupan karbohidrat, indeks massa tubuh (IMT), dan aktivitas fisik tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perubahan kadar glukosa darah. Hal ini memperkuat kesimpulan bahwa intervensi yang diberikan merupakan faktor utama yang berpengaruh.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

4. Kombinasi sari kedelai, daun pandan, dan bunga rosella berpotensi digunakan sebagai terapi pendamping non-farmakologis dalam pengelolaan diabetes melitus tipe II, karena mengandung senyawa bioaktif seperti isoflavon, flavonoid, polifenol, dan antosianin yang berfungsi memperbaiki kerja insulin dan melindungi sel β pankreas.

B. Saran

1. Bagi institusi pelayanan kesehatan, disarankan untuk mempertimbangkan pemanfaatan kombinasi bahan alami seperti sari kedelai, daun pandan, dan rosella sebagai alternatif terapi pendamping dalam edukasi dan penanganan diabetes melitus tipe II.
2. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk:
   - Menambahkan parameter biokimia lain seperti HbA1c, insulin serum, dan profil lipid untuk analisis yang lebih komprehensif.
   - Diharapkan untuk peneliti selanjutnya untuk mengurangi dosis bunga rosella
3. Bagi penderita diabetes melitus tipe II, konsumsi rutin kombinasi minuman sari kedelai, daun pandan, dan bunga rosella dapat dijadikan salah satu pilihan alami untuk membantu mengontrol kadar glukosa darah, namun tetap perlu dikombinasikan dengan pola makan sehat, aktivitas fisik teratur, dan kontrol medis berkala.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu