BAB V
PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang hubungan asupan lemak dan gaya hidup dengan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Penurunan Kota Bengkulu tahun 2025, maka dapat disimpulkan.

1. Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Penurunan Kota Bengkulu Tahun 2025 rata-rata asupan lemaknya adalah 63,7 gram/hr.
2. Penderita diabetes melitus rata-rata skor gaya hidup 60,1.
3. Rata-rata kadar glukosa darah puasa sebesar 188. mg/dl.
4. Ada hubungan antara asupan lemak dengan kadar glukosa darah puasa.
5. Tidak ada hubungan antara gaya hidup dengan kadar glukosa darah puasa.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan asupan lemak dan gaya hidup dengan kadar glukosa darah pada penderita Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Penurunan Kota BengkuluTahun 2025, peneliti ingin memberikan saran kepada beberapa pihak terkait antara lain:

1. Bagi Akademik

   Diharapkan hasil penelitian ini dapat dipakai sebagai bahan tambahan bacaan ilmiah dalam lingkungan perpustakaan kampus dan dapat dijadikan sebagai masukan informasi yang berguna bagi mahasiswa-mahasiswi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Gizi.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

2. Bagi Masyarakat

   Diharapkan masyarakat untuk dapat meningkatkan pengetahuan tentang asupan lemak sehingga dapat memperbaiki asupan lemak yang berlebih.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Diharapkan bagi peneliti lain hasil ini diharapkan memberikan tambahan referensi bagi peneliti selanjutnya yang berminat melakukan penelitian terkait hubungan asupan lemak dan gaya hidup dengan kadar glukosa darah dan diperlukan penambahan variabel lain untuk lebih mengembangkan penelitian ini.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu