BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Efektivitas Pemberian Jus Buah Naga Merah (*Hylocereus polyrhizus)* dan Jus Jambu Biji Merah (*Psidium guajava Linn*) Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

1. Berdasarkan karakteristik responden, sebagian besar berada di usia 50-60 tahun yaitu sebesar 65,7% (25 orang). Sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir SMA, yaitu sebesar 55,2% (21 orang). Selain itu hampir setengah nya bekerja sebagai Wiraswasta (Pedagang, Penjahit) sebesar 42,1% (16 orang).
2. Rata-rata kadar GDP sebelum dilakukan intervensi pada kelompok perlakuan yaitu sebesar 260,26 mg/dL dan kelompok kontrol 238,53 mg/dL dan data bersifat homogen. Rata-rata kadar GDP sesudah dilakukan intervensi pada kelompok perlakuan yaitu sebesar 201,74 mg/dL dan kelompok kontrol 184,32 mg/dL. Selisih rata-rata kadar GDP pada kelompok perlakuan sebelum dan sesudah 58,52 mg/dL dan kelompok kontrol 54,21 mg/dL. Untuk selisih rata-rata pada kedua kelompok perlakuan sebesar 4,31 mg/dL.
3. Ada pengaruh yang signifikan dari kelompok perlakuan dan kelompok kontrol didapatkan hasil GDP dengan p-value 0,000 (<0,05), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian jus buah naga

merah dan jus jambu biji merah terhadap penurunan kadar gula darah puasa (GDP). Dibuktikan dengan uji *Paired Sample T-test* yang dilanjutkan dengan uji *Independent T-test.*

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Saran untuk peneliti selanjutnya untuk membuat produk berupa yougurt buah naga merah dan produk yougurt jambu biji merah sebagai produk makanan probiotik.

2. Bagi Masyarakat

   Penelitian ini dapat diterapkan di kehidupan sehari-hari sebagai alternatif makanan *(non farmakologis)* untuk penderita diabetes melitus. Diharapkan penderita diabetes melitus tipe 2 lebih memperhatikan asupan makanan bergizi, serta rutin melakukan pemeriksaan kadar gula darah untuk mengetahui kondisi kesehatannya.

3. Bagi Institusi Akademik

   Hasil penelitian dapat digunakan sebagai acuan atau referensi tambahan dalam pembelajaran dan pengembangan kurikulum, khususnya mengenai topik diabetes melitus serta komplikasi dan dampaknya terhadap kualitas hidup penderita diabetes melitus.

4. Bagi Puskesmas

   Saran untuk pihak puskesmas yaitu dapat melakukan sosialisasi mengenai asupan bergizi untuk penderita diabetes melitus tipe 2

Kemenkes Poltekkes Bengkulu