BAB V
PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang gambaran pola konsumsi indeks glikemik dan status gizi pada pasien diabetes melitus di RSUD Dr. M.Yunus Bengkulu Tahun 2025, maka didapatkan kesimpulan :

1. Gambaran pola konsumsi indeks glikemik pada pasien diabetes mellitus di RSUD Dr. M.Yunus Bengkulu tahun 2025 didapatkan bahwa hampir sebagian besar dari responden penderita diabetes melitus masih sering mengkonsumsi bahan makanan berindeks glikemik tinggi, dan hampir setengah dari responden penderita diabetes melitus jarang mengkonsumsi makanan berindeks glikemik tinggi .
2. Gambaran karakteristik indeks glikemik pada pasien diabetes melitus di RSUD Dr. M.Yunus Bengkulu tahun 2025 hampir sebagian besar dari responden penderita diabetes melitus berjenis kelamin perempuan, hampir seluruh dari responden penderita diabetes melitus berada pada kelompok usia >40 tahun.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

B. SARAN

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan bagi peneliti selanjutnya, dan perlu dilakukan peneliti lebih lanjut dengan variabel yang lain yang dapat melihat pola konsumsi apa saja yang dapat menyebabkan kadar gula darah meningkat pada penderita diabetes melitus dan dapat menambahkan jumlah sampel yang lebih banyak, serta pada

wilayah yang lebih luas sehingga akan mendapatkan hasil yang lebih efektif.

2. **Bagi penderita diabetes melitus**

Diharapkan kepada masyarakat khususnya penderita yang telah terindekasi penyakit diabetes melitus untuk dapat menjaga serta memonitoring makanan yang dikonsumsi bahan makanan yang mengandung sumber indeks glikemik tinggi karena dapat mempengaruhi gula darah, sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi lebih lanjut dari penyakit diabetes itu sendiri.

3. **Bagi Rumah Sakit**

Diharapkan bagi petugas kesehatan yang berada di Rumah Sakit dapat meningkatkan program-program yang sudah dilaksanakan seperti program penyuluhan/konseling pada masyarakat khususnya penderita diabetes melitus tentang pentingnya menghindari pola konsumsi yang mengandung indeks glikemik bagi penderita diabetes, demonstrasi pengolahan bahan makanan yang benar agar tidak ada kesalahan dalam mengolah bahan makanan yang mempengaruhi gula darah, dan memberikan edukasi mengenai pentingnya menjaga berat badan normal serta mengajarkan pola hidup yang sehat.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu