

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Kadar glukosa darah puasa sebelum diberikan nasi putih di Puskesmas Gadingrejo menunjukkan rerata kadar glukosa darah puasa sebelum mengkonsumsi nasi putih adalah 145,6 dan standard deviasi 21.313.
2. Kadar glukosa darah sewaktu 2 jam setelah mengkonsumsi nasi putih di Puskesmas Gadingrejo menunjukkan rerata kadar glukosa darah sewaktu setelah mengkonsumsi nasi putih adalah 202,5 dan standard deviasi 37.828.
3. Kadar glukosa darah puasa sebelum diberikan nasi merah di Puskesmas Gadingrejo menunjukkan rerata kadar glukosa darah puasa sebelum mengkonsumsi nasi merah adalah 198,1 dan standard deviasi 24.427.
4. Kadar glukosa darah sewaktu 2 jam setelah mengkonsumsi nasi merah di Puskesmas Gadingrejo menunjukkan rerata kadar glukosa darah sewaktu setelah mengkonsumsi nasi merah adalah 142,2 dan standard deviasi 23.804.
5. Ada pengaruh antara pre-post konsumsi nasi putih terhadap kadar glukosa darah pada penderita diabetes tipe II di puskesmas gadingrejo dengan nilai P Value = 0,000

6. Ada pengaruh antara pre-post konsumsi nasi merah terhadap kadar glukosa darah pada penderita diabetes tipe II di puskesmas gadingrejo dengan nilai P Value = 0,000

B. Saran

1. Bagi Responden

Bagi penderita diabetes mellitus diharapkan dapat mengkonsumsi nasi merah secara rutin karena dapat membantu mengontrol kesetabilan kadar glukosa darah.

2. Bagi Puskesmas

Bagi tenaga kesehatan di puskesmas diharapkan dapat memberikan sosialisasi dan edukasi terkait manfaat beras merah kepada pasien diabetes mellitus dan masyarakat serta diadakan pemeriksaan kadar gula darah secara rutin.

3. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan informasi mengenai pentingnya beras merah untuk menurunkan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus serta dapat dijadikan acuan dalam menerapkan asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus dan diguna

4. Bagi Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut tentang DM dan konsumsi nasi merah secara rutin dengan pengawasan yang ketat Serta dapat meneliti beragam jenis varietas beras terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus tipe

II karena peneliti menyadari penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan.