

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 82 responden pasien Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Dlanggu Kabupaten Mojokerto, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Dlanggu kabupaten Mojokerto, dibuktikan dengan Uji Spearman Rho dimana nilai p value sebesar 0,036 ($p < 0,05$) dan koefisien korelasi (ρ) sebesar -0,233. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepatuhan diet berhubungan dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus, namun kekuatan hubungan yang diperoleh tergolong lemah. Hal ini mengindikasikan bahwa kadar gula darah tidak hanya dipengaruhi oleh kepatuhan diet, tetapi juga oleh faktor lain seperti kepatuhan minum obat, aktivitas fisik, tingkat stres, lama menderita Diabetes Melitus, status gizi, serta dukungan keluarga. Oleh karena itu, pengendalian kadar gula darah memerlukan pendekatan yang komprehensif dengan memperhatikan berbagai faktor tersebut.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

5.2.2 Bagi Tenaga Keperawatan

Perawat diharapkan dapat lebih aktif memberikan edukasi dan motivasi kepada pasien Diabetes Melitus diharapkan dapat

meningkatkan kepatuhan terhadap diet yang telah dianjurkan oleh tenaga kesehatan secara konsisten, baik dari segi jumlah, jenis, maupun jadwal makan, agar kadar gula darah dapat lebih terkontrol dan risiko komplikasi jangka panjang dapat diminimalkan.

5.2.3 Bagi Pasien Diabetes Melitus

Pasien Diabetes Melitus di harapkan dapat meningkatkan kepatuhan diet yang telah dianjurkan oleh tenaga kesehatan secara konsisten, baik dari segi jumlah, jenis, maupun jadwal makan, agar kadar gula darah dapat lebih terkontrol dan risiko komplikasi jangka panjang dapat diminimalkan.

5.2.4 Bagi peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan metode pengumpulan data yang lebih komprehensif dalam mengukur kepatuhan diet pasien Diabetes Melitus. Penggunaan kuesioner *Perceived Dietary Adherence Questionnaire* (PDAQ) sebaiknya dilakukan sesuai dengan periode penilaian instrumen, yaitu dengan memantau atau mencatat kepatuhan diet selama 7 hari berturut-turut, sehingga data yang diperoleh lebih menggambarkan kebiasaan makan responden secara nyata dan dapat mengurangi bias ingatan (*recall bias*). Selain itu, peneliti selanjutnya dapat mengombinasikan PDAQ dengan metode lain, seperti *food recall* 24 jam atau *food diary*, untuk meningkatkan akurasi pengukuran kepatuhan diet. Pada tahap pembahasan, disarankan pula untuk

mengkaji faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi kepatuhan diet, seperti dukungan keluarga, tingkat pengetahuan, motivasi, maupun lama menderita Diabetes Melitus, sehingga hasil penelitian menjadi lebih komprehensif.

