

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dengan judul “Hubungan Status Gizi Dan Asupan Karbohidrat Dengan Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Penebel II Kabupaten Tabanan” maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut :

1. Rata-rata asupan karbohidrat perhari yaitu 274,5 gram/hari dengan sebaran sebanyak 86,4% termasuk kategori lebih, 9,0% termasuk kategori normal dan 4,6 % termasuk kategori kurang.
2. Status Gizi yaitu dengan kategori obesitas sebanyak 70,5% dan kategori normal sebanyak 29,6%.
3. Kadar Glukosa sebagian besar termasuk dalam kategori diabetes sebanyak 97,7% dan sebanyak 2,3% termasuk kategori sedang.
4. Tidak terdapat hubungan antara asupan karbohidrat dengan kadar glukosa darah.
5. Tidak terdapat hubungan antara status gizi menurut Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Kadar Glukosa Darah.

#### **B. Saran**

Adapun saran yang dapat disampaikan dalam penelitian ini yaitu, sebagai berikut :

1. Pada pasien diabetes di puskesmas agar dibuatkan suatu program seperti senam sehat.
2. Pada pasien diabetes juga diharapkan untuk selalu menjaga pola makan dengan baik.

3. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat mengangkat variabel lain dengan menghubungkan variabel-variabel lain seperti, aktivitas fisik, usia dan faktor genetik.

