

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Jenis karbohidrat pada menu yang disajikan pada pasien DM di RSUD Wangaya yaitu dari karbohidrat sederhana : gula pasir, karbohidrat kompleks : Beras, bihun, jagung, kentang, tepung terigu, baby corn.
2. Jumlah karbohidrat yang disajikan pada menu pasien DM di RSUD menggunakan standar menu 1900 Kkal, setelah dikategorikan jumlah karbohidrat dalam menu untuk penderita DM kurang dari yang dianjurkan.
3. Berdasarkan hasil dari nilai karbohidrat pada menu yang disajikan pada pasien DM di RSUD Wangaya, secara keseluruhan dikategorikan kurang yang berarti menu di RSUD Wangaya belum memenuhi standar karbohidrat sesuai untuk pasien Diabetes Mellitus.
4. Hasil pada menu pasien DM pada nilai karbohidrat kurang, jika nilai karbohidrat kurang akan mengakibatkan hipoglikemia yaitu kondisi ketika kadar glukosa (gula darah) berada dibawah normal dimana gejala yang ditimbulkan dari hipoglikemia yaitu berkeringat dingin, merasa lapar, lemas.
5. Gambaran Indeks Glikemik pada menu yang disajikan pada pasien DM di RSUD Wangaya secara umum nilai indeks glikemik dalam siklus menu 10 hari yang disajikan untuk pasien diabetes mellitus nilai indeks glikemiknya sedang 55-70.

6. Berdasarkan hasil dari nilai Indeks Glikemik pada menu yang disajikan pada pasien DM di RSUD Wangaya, secara keseluruhan dikategorikan sedang dengan nilai 55-70 yang berarti menu di Rumah Sakit Wangaya sudah memenuhi kadar Indeks Glikemik sesuai untuk pasien Diabetes Mellitus.

B Saran

1. Diperlukan adanya peningkatan pengetahuan tenaga rumah sakit tentang kadar karbohidrat dan Indeks Glikemik sehingga bisa menyusun menu dengan kadar karbohidrat yang dianjurkan untuk pasien diabetes melitus dan Indeks Glikemik rendah.
2. Diperlukan adanya monitoring dan evaluasi menu secara rutin terhadap distribusi dan penyajian makanan rumah sakit agar pasien bisa mengonsumsi makanan rumah sakit tepat waktu sesuai dengan standar yang berlaku.
3. Diperlukan dari pihak RSUD Wangaya untuk mencantumkan nilai Indeks Glikemik untuk mengontrol kadar gula darah selain mencantumkan nilai gizi makanan.
4. Sebaiknya nilai karbohidrat agar sesuai dengan anjuran untuk pasien DM agar tidak terjadi hipoglikemia.
5. Sebaiknya jenis karbohidrat yang digunakan adalah jenis karbohidrat kompleks daripada jenis karbohidrat sederhana seperti penggunaan bahan makanan gula pasir tidak disarankan sebaiknya diganti dengan gula yang khusus diberikan untuk pasien DM.

6. Indeks glikemik dikategorikan sedang sudah baik, namun lebih baik lagi jika nilai indeks glikemik dikategorikan rendah dan menambahkan sayur dan buah pada menu yang disajikan pada pasien DM.