

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan Hasil Pengamatan Kepatuhan Diet, Kadar Glukosa Darah Dan Saturasi Oksigen Pasien Diabetes Mellitus Dengan *Covid 19* Pasca Rawat Inap Di Rumah Sakit Umum Negara dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Saturasi oksigen pasien diabetes mellitus dengan riwayat *covid 19* Pasca Rawat Inap di Rumah Sakit Umum Negara sebanyak 13 orang (81%) normal.
2. Kadar Glukosa Darah pasien diabetes mellitus dengan *covid 19* pasca rawat inap di Rumah Sakit Umum Negara sebanyak 7 orang (44%) buruk.
3. Kepatuhan diet pasien diabetes mellitus dengan *covid 19* pasca rawat inap di Rumah Sakit Umum Negara berdasarkan prinsip 3J yang meliputi jenis bahan makanan yaitu tidak patuh sebanyak 10 subyek pengamatan (38%), jadwal makan sebagian besar patuh sebanyak 10 subyek pengamatan (63%), jumlah konsumsi energi kurang sebanyak 15 subyek pengamatan (94%) dan jumlah konsumsi karbohidrat kurang yaitu sebanyak 11 subyek pengamatan (69%).
4. Kadar glukosa darah dan saturasi oksigen pasien diabetes mellitus dengan *covid 19* pasca rawat inap di Rumah Sakit Umum Negara diperoleh hasil bahwa dominan yang memiliki kadar glukosa darah sewaktu buruk dengan saturasi oksigennya normal sebanyak 5 subyek pengamatan (31,3%).

B. Saran

1. Disarankan kepada pihak Rumah Sakit Umum Negara terutama ahli gizi agar melakukan konseling atau penyuluhan mengenai diet diabetes mellitus yaitu tentang prinsip 3 J secara rutin khususnya jenis bahan makanan yang

dianjurkan kepada pasien yang memiliki kadar glukosa darah dengan kategori buruk.

2. Disarankan agar ahli gizi di Rumah Sakit Umum Negara untuk melakukan pelatihan mengenai cara memilih jenis bahan makanan yang tepat bagi pasien diabetes mellitus yaitu Indeks Glikemik rendah, antioksidan tinggi, tinggi serat, dan mengandung karbohidrat kompleks dengan cara pengolahan direbus, dikukus dan dipanggang.
3. Memberi saran mengenai pemelihan bahan makanan yang tepat bagi penderita diabetes mellitus seperti menyarankan pasien mengkonsumsi bahan makanan yang tinggi antioksidan, rendah indeks glikemik, dan mengandung tinggi serat.
4. Memberi saran kepada penderita diabetes mellitus dengan riwayat *covid 19* agar tetap mematuhi protokol kesehatan seperti menjaga jarak, mencuci tangan dan memakai masker saat melakukan aktivitas atau berpergian.