

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

1. Penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Dinoyo Kota Malang sebagian besar berjenis kelamin perempuan, berusia diatas 45 tahun dengan tingkat pendidikan rata-rata lulusan SMA/SMK dan mayoritas bekerja sebagai ibu rumah tangga.
2. Penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Diinoyo Kota Malang sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan yang cukup.
3. Asupan indeks glikemik penderita Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Dinoyo Kota Malang sebagian besar berada dalam kategori beban glikemik tinggi yaitu sebanyak 25 responden (83,3%)
4. Asupan zat gizi makro pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Dinoyo memiliki tingkat asupan yang rendah yaitu protein dan lemak, sedangkan tingkat asupan energi dan karbohidrat memiliki tingkat asupan yang tinggi.
5. Tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan, asupan protein, asupan lemak terhadap kadar glukosa darah penderita Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Dinoyo Kota Malang karena  $p\text{-value} > 0,005$  dan terdapat hubungan antara asupan energi, asupan karbohidrat dan indeks glikemik terhadap kadar glukosa darah penderita Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Dinoyo Kota Malang dengan  $p\text{-value} < 0,005$

#### **B. Saran**

Penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Dinoyo Kota Malang sebaiknya lebih memperhatikan makanan yang dikonsumsi yang mengandung Indeks glikemik yang rendah untuk pengendalian kadar glukosa dalam darah, serta meningkatkan kepatuhan meminum obat dan diet yang dilakukan.