

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. Sebagian besar Sampel memiliki usia 50-64 tahun sebanyak 55%, dan berjenis kelamin perempuan 73%.
2. Berdasarkan angka kecukupan gizi asupan vitamin C sampel yang kurang yaitu 81.8%.
3. Berdasarkan angka kecukupan gizi asupan vitamin A sampel yang cukup yaitu 59.1%.
4. Berdasarkan angka kecukupan gizi asupan magnesium sampel yang kurang yaitu 59.1%.
5. Berdasarkan angka kecukupan gizi asupan zinc sampel yang kurang yaitu 95.5%.
6. Sebagian besar sampel memiliki kadar gula darah puasa tinggi (>126 mg/dl) yaitu 90.9%.
7. Tidak ada hubungan asupan sumber bahan makanan vitamin C, dengan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe II.
8. Tidak ada hubungan asupan sumber bahan makanan vitamin A, dengan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe II.
9. Tidak ada hubungan asupan sumber bahan makanan magnesium, dengan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe II.
10. Tidak ada hubungan asupan sumber bahan makanan zinc, dengan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe II.

5.2 Saran

1. Bagi Puskesmas Pringsurat Kab. Temanggung, melalui ahli gizinya dapat memberikan edukasi kepada peserta prolanis penderita diabetes mellitus dengan kadar gula darah tinggi supaya lebih meningkatkan asupan makanan vitamin C, vitamin A, magnesium dan zinc, serta sumber bahan makanan yang beraneka ragam lainnya.
2. Bagi Peneliti lain Dapat dijadikan pembanding untuk penelitian selanjutnya yang dilakukan ditempat lain dengan memperhatikan kadar gula darah pada kelompok kontrol, metode yang digunakan, sampel yang diambil serta menghubungkan dengan asupan sumber bahan makanan zat gizi mikro lain.
3. Bagi Penderita Diabetes Mellitus tipe II agar dapat meningkatkan asupan sumber bahan makanan yang beraneka ragam serta pola hidup sehat.

