

## **BAB 4**

### **PENUTUP**

#### **4.2 KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil kajian tentang penerapan pendidikan gaya hidup sehat pada pasien diabetes melitus tipe 2 yang mengalami masalah kurangnya pengetahuan, dapat disimpulkan bahwa keterbatasan pemahaman pasien tentang pengelolaan pola makan memengaruhi kemampuan mereka dalam menjaga kesehatan. Melalui proses pendidikan yang diberikan secara bertahap serta berulang, terjadi peningkatan yang signifikan pada pemahaman pasien terkait prinsip-prinsip diet seimbang, berbagai jenis makanan yang disarankan dan yang harus dihindari, serta cara mengatur pola makan sehari-hari.

Peningkatan pengetahuan tersebut memberikan dampak positif terhadap perilaku perawatan diri pasien, termasuk kemampuan untuk memilih makanan yang sesuai menjaga intake gizi yang seimbang, dan lebih menyadari pentingnya pengaturan porsi makan demi pengendalian kadar glukosa dalam darah. Dengan begitu, pendidikan tentang diet seimbang terbukti efektif dalam mengatasi masalah kurangnya pengetahuan dan meningkatkan kemampuan perawatan diri pada pasien diabetes melitus tipe 2. Temuan ini bisa menjadi landasan bagi tenaga medis untuk tetap menekankan intervensi edukatif sebagai komponen vital dalam keperawatan bagi pasien dengan penyakit kronis.

#### **4.2 SARAN**

##### **1. Bagi puskesmas**

Temuan dalam penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi perawat dalam memberikan

Edukasi diet seimbang pada pasien diabetes melitus tipe II dengan masalah keperawatan Defisit pengetahuan.

##### **2. Bagi Institusi**

Penulisan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi sebagai sumber informasi dan referensi tambahan dalam pelaksanaan Edukasi diet seimbang pada pasien diabetes melitus tipe II dengan masalah keperawatan Defisit Pengetahuan Selain itu, diharapkan juga mampu mendukung peningkatan kualitas pendidikan keperawatan guna mencetak perawat yang profesional, kompeten, inovatif, dan berkualitas dalam memberikan pelayanan keperawatan yang holistik kepada penderita diabetes mellitus.

### 3. Bagi pasien

Pasien diharapkan dapat meningkatkan kepatuhan dalam menjalankan pola hidup sehat, seperti menjaga pola makan sesuai diet diabetes, rutin melakukan aktivitas fisik, serta memantau kadar gula darah secara berkala. Selain itu, pasien juga disarankan untuk patuh dalam mengonsumsi obat yang telah diresepkan tenaga kesehatan guna mencegah terjadinya komplikasi.