

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap tiga orang pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Batakte, dapat disimpulkan bahwa diagnosa keperawatan ketidakseimbangan nutrisi: lebih dari kebutuhan tubuh, yang berhubungan dengan asupan makanan tidak sesuai kebutuhan penderita DM, dapat diatasi secara efektif melalui intervensi diet berbasis edukasi “Isi Piringku”.

Ketiga partisipan, yaitu Tn. B.S, Ny. L.T, dan Ny. B.T, sebelumnya belum memiliki pemahaman dan keterampilan yang memadai dalam menyusun pola makan seimbang. Mereka juga cenderung memiliki pola makan tinggi karbohidrat sederhana dan rendah serat. Melalui intervensi yang meliputi edukasi langsung, video animasi edukatif, praktik penyusunan menu, serta pemantauan kadar gula darah selama empat hari, terjadi perubahan signifikan baik secara klinis maupun perilaku.

Penerapan diet Isi Piringku pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 terbukti efektif menurunkan kadar gula darah dan membantu menstabilkan kondisi metabolik pasien. Sebelum intervensi, kadar gula darah ketiga pasien berada di atas normal, namun setelah menjalani diet disertai edukasi melalui video animasi, seluruh pasien mengalami penurunan kadar gula darah dengan tingkat kepatuhan yang bervariasi. Hal ini menunjukkan bahwa diet Isi Piringku dapat menjadi intervensi non-farmakologis yang bermanfaat dalam pengelolaan Diabetes Melitus Tipe 2.

5.2 Saran

1. Bagi Puskesmas

Disarankan untuk menerapkan edukasi rutin terkait pola makan Isi Piringku bagi seluruh pasien DM Tipe 2, baik melalui penyuluhan kelompok maupun pendekatan individual selama kunjungan Prolanis.

2. Bagi Pasien

Pasien diharapkan mampu melanjutkan penerapan diet Isi Piringku secara mandiri dan konsisten, serta rutin melakukan kontrol kadar gula darah guna memantau keberhasilan pengaturan pola makan.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian lanjutan dapat mengembangkan intervensi ini dengan durasi yang lebih panjang serta melibatkan aspek lain seperti olahraga dan manajemen stres dalam pengendalian diabetes.