

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan karakteristik responden diketahui mayoritas berjenis kelamin perempuan, mayoritas berumur 63-65 tahun, mayoritas memiliki jejang pendidikan SLTA/SMA, mayoritas responden adalah pensiunan, mayoritas sudah menderita diabetes mellitus lebih dari 5 tahun dan mayoritas belum pernah mendapatkan konsultasi gizi.
2. Terdapat perbedaan asupan zat gizi energi sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi menggunakan media *booklet* dan leaflet dengan rata-rata skor asupan zat gizi makro responden sebelum diberikan konsultasi menggunakan media leaflet yakni Energi 1411,24 Kkal sedangkan rata-rata skor asupan zat gizi makro sesudah diberikan konseling sebesar Energi 1659,24 Kkal
3. Terdapat perbedaan asupan zat gizi karbohidat sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi menggunakan media *booklet* dan leaflet dengan rata-rata skor asupan zat gizi makro responden sebelum diberikan konsultasi menggunakan media *booklet* yakni Energi 1284,4 Kkal, Protein 45,7 gram, Lemak 40,24 gram dan karbohidrat 189,48 gram sedangkan rata-rata skor asupan zat gizi makro sesudah diberikan konseling sebesar Energi 1515,61 Kkal , Protein 55,74 gram, Lemak 28,70 gram dan Karbohidrat 204 gram.

4. Terdapat perbedaan kadar gula darah dengan skor rata-rata skor gula darah responden sebelum dan sesudah diberikan konseling menggunakan media leaflet yakni 182 mg/dl, sedangkan sesudah dilakukan konseling menggunakan media leaflet yakni 179 mg/dl sedangkan untuk kelompok *booklet* yakni 243 mg/dl sedangkan sesudah diberikan konseling menggunakan media *booklet* yakni 163 mg/dl.

B. Saran

1. Diharapkan agar responden lebih meningkatkan pengetahuan mengenai kesehatan, terlebih mengenai penyakit diabetes mellitus agar asupan zat gizi dan kadar gula darah terjaga.
2. Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian dengan membandingkan pengaruh media *booklet*, lembar balik dengan media leaflet atau media lainnya.