

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Gambaran karakteristik responden yaitu berjenis kelamin perempuan (52,2%), umur lansia akhir (56,5%), lama menderita DM >5 tahun (60,9%), pemberian obat oral (43,5%), pekerjaan ibu rumah tangga (34,8%), dan status gizi obesitas I (30,4%).
2. Sebanyak 26,1% responden melaksanakan diet patuh jumlah.
3. Sebanyak 17,4% responden melaksanakan diet patuh jenis makanan.
4. Sebanyak 26,1% responden melaksanakan diet patuh jadwal.
5. Sebanyak 13% responden melaksanakan diet 3J.
6. Sebanyak 56,5% (13 responden) mempunyai kualitas hidup rendah dengan rincian 60% (12 responden) tidak patuh diet 3J dan 33,3% (1 responden) patuh diet 3J.
7. Sebanyak 43,5% (10 responden) responden mempunyai kualitas hidup baik dengan rincian 40% (8 responden) tidak patuh diet 3J dan 66,7% (2 responden) patuh diet 3J.

#### **B. Saran**

1. Bagi Pasien DM Tipe 2 Rawat Jalan Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta perlu memperhatikan jumlah asupan makanan yang bersumber dari protein dan lemak. Pasien juga harus memperhatikan jenis makanan

yang dihindari untuk dikonsumsi karena tingkat konsumsi makanan yang seharusnya dihindari masih tinggi.

2. Bagi Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta perlu peningkatan pelayanan penyuluhan dan konseling diabetes melitus terutama terkait diet 3J sehingga pasien dapat memenuhi asupan nutrisi dengan baik dan diharapkan kualitas hidup pasien juga dapat membaik.
3. Bagi peneliti lain, perlu adanya penelitian lebih lanjut untuk menyempurnakan penelitian ini dengan memperhatikan cara pengambilan dan besar sampel sehingga kesimpulan dari penelitian lebih terwakilkan.