BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Kadar glukosa darah usia dewasa di Posbindu Wilayah Kecamatan Kalibawang, Kulon Progo sebelum pemberian puding okra pada kelompok perlakuan sebesar 105±18,99 mg/dl dan pada kelompok kontrol 92±17,43 mg/dl
2. Kadar glukosa darah usia dewasa di Posbindu Wilayah Kecamatan Kalibawang, Kulon Progo setelah pemberian puding okra pada kelompok perlakuan sebesar 86±17,52 mg/dl dan pada kelompok kontrol 87±18,39 mg/dl
3. Selisih penurunan kadar glukosa darah sewaktu pada kelompok perlakuan lebih baik dari kelompok kontrol yaitu sebesar 19 mg/dl sedangkan pada kelompok kontrol 5 mg/dl.
4. Tidak ada pengaruh pemberian puding okra terhadap perubahan kadar glukosa darah sewaktu pada usia dewasa.

B. Saran

1. Bagi peneliti selanjutnya

   Pada peneliti selanjutnya diharapkan dapat memberikan intervensi puding okra dengan jangka waktu yang lebih lama dari 7 hari.

2. Bagi masyarakat

Produk bisa membantu menurunkan kadar glukosa darah sewaktu sehingga dapat digunakan sebagai alternatif untuk menurunkan kadar glukosa darah.