

## **BAB 7**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **7.1 Kesimpulan**

Penelitian ini merupakan penelitian, studi perbandingan berbasis sintesis literatur terhadap 10 artikel. Hasil dari 10 artikel tersebut ada beberapa artikel yang tidak menjelaskan dengan jelas, sasaran DM tipe apa, kadar gula darah apa, dan beberapa artikel tersebut juga tidak menjelaskan tanggal dan tahun yang dilakukan pada saat penelitian. Pada olahraga tidak semua menjelaskan olahraga seperti apa yang dianjurkan, sehingga membuat pembaca merasa bingung, tetapi ada beberapa artikel juga yang sudah menjelaskan dengan jelas.

Dari 10 artikel tersebut hampir semua memperoleh hasil yang signifikan dimana terdapat hubungan baik antara pola makan dengan kadar gula darah pada pasien yang mengalami diabetes melitus terkhususnya pada pasien diabetes melitus tipe 2, ataupun olahraga, aktivitas fisik dengan kadar gula darah.

#### **7.2 Saran**

Setelah membandingkan penelitian ini dengan 10 artikel diatas maka, mungkin bisa dijelaskan dengan jelas alat ukur atau uji statistik, teknik sampling yang digunakan dan berapa pertanyaan dalam alat ukur tersebut seperti apa pada peneliti selanjutnya, seharusnya dituliskan beberapa sasarannya populasi pasien dm secara spesifik menuliskan tipe 1 atau 2, agar dipahami. Peneliti memberikan saran untuk penelitian selanjutnya agar penelitian milik penulis dapat menjadi referensi penelitian selanjutnya untuk melakukan pengambilan data secara langsung di lapangan. Lalu untuk alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian

selanjutnya agar, dilakukan uji validitas terlebih dahulu sehingga hasil yang diperoleh tidak bias.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adi Soelistijo, S., Novida, H., Rudijanto, A., Soewondo, P., Suastika, K., Manaf, A., ... Zufry, H. (2015). *Konsensus Pengolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia 2015*.
- Amrullah, J. F. (2020). Hubungan aktivitas Fisik dengan gula darah sewaktu pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Babakan Sari Kota Bandung. *Jurnal Sehat Masada, XIV(Dm)*, 42–50.
- Andi Mardhiyah Idris, Nurhaedar Jafar, R. I. (2014). Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Pasien DM Tipe 2. *Jurnal MKMI*, 211–218.
- Bataha, Y. (2016). Hubungan Antara Perilaku Olahraga Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Miluts Di Wilayah Kerja Puskesmas Wolang Kecamatan Langwan Timur. *Ejournal Keperawatan (e-Kp)*, 4(1).
- Black, J. M., & Hawks, J. H. (2014). *Keperawatan Medikal Bedah* (8th ed.; A. Suslia, F. Ganiajri, P. P. Lestari, & R. W. A. Sari, eds.). Singapura: Salemba Medika.
- Cholifah, N., Azizah, N., & Indanah. (2016). Hubungan antara Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kadar GDS pada Pasien Diabetes Mellitus (DM) Tipe II di Puskesmas Mayong II Jepara Tahun 2015. *Jikk*, 7(2), 01–79.
- Dalimartha, S., & Adrian, F. (2012). *Makanan dan Herbal Untuk Penderita Diabetes Mellitus* (1st ed.; B. P. W., ed.). Jakarta: Penebar Swadaya.
- Darjudin, J. (2013). *Vol . I No . 1 Oktober 2013 ISSN 2339-1383 ISSN 2339-1383*. I(1), 1–7.
- Dewi, A. B. F. K. (2009). *Menu Sehat 30 Hari untuk Mencegah dan Mengatasi Diabetes Mellitus*. Jakarta Selatan: AgroMedia.
- Eti Sri Lestari, D., Nur Aini, D., Wulandari, P., & Sri Lestari, E. (2018). Hubungan Kepatuhan Diit Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Mellitus di Ruang Anggrek RSUD Tugorejo Semarang. *Jurnal NERS Widya Husada*, 2(1), 1–11.
- Fauzi, R., & Nishaa, K. (2018). *Apoteker Hebat, Terapi Taat, Pasien Sehat: Panduan Sempel Mengelola Kepatuhan Terapi* (1st ed.). Jogja: Stiletto indie book.
- Fox, C., & Kilvert, A. (2010). *Bersahabat dengan diabetes tipe 2* (1st ed.; A. R, ed.). Jakarta: Penebar Plus.
- Hanifah, E. (2011). *Cara hidup Sehat* (B. Wijanarko, ed.). Jakarta: PT. Sarana

Bangun Pustaka.

Hidayat, A. A. A. (2014). *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisa Data*. Jakarta.

Jauhariah, D. (2015). *Makanan Super Pengendali Diabetes & Komplikasinya* (1st ed.). Jakarta Selatan: FMedia.

Kemkes. (2019). Buku Pintar Kader Posbindu. *Buku Pintar Kader Posbindu*, 1–65.

Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Jawa Timur 2018. *Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 1–82.

Krisnatuti, D., Yenrina, R., & Rasjmida, D. (2014). *Diet sehat untuk penderita Diabetes Melitus*. Padang-Bogor: Penebar Swadaya.

Kurniadi, H., & Nurrahmani, U. (2015). *Stop Diabetes, Hipertensi, Kolesterol Tinggi, Jantung Koroner* (Qoni, ed.). Yogyakarta: Istani Media (Grup Relasi Inti Media, anggota IKAPI).

Mahendra, B., Tobing, A., Krisnatuti, D., & Alting, B. Z. A. (2008). *Care Your Self: Diabetes Melitus*. Jakarta.

Maine, F., & Nani. (2014). Di Rawat Sewaktu Di Rsud Labuang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 5(1), 79–83.

Masi, G. N. M., & Mulyadi. (2017). Hubungan Pola Aktifitas Fisik dan Pola Makan dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Pancaran Kasih GMIM Manado. *E-Journal Keperawatan*, 5(1), 2.

Nany Suryani, Pramono, H. S. (2016). Diet dan Olahraga Sebagai Upaya Pengendalian Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Ulin Banjarmasin Tahun 2015. *Jurkessia Hal. 1-10, VI(No. 2)*, 1–10.

Noviani, A., & Fayasari, A. (2018). Kepatuhan diet dan aktivitas fisik dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus rawat jalan di RS Harum Sisma Medika Jakarta Timur. *Jurnal Nutrisia*, 20(2), 38–44. <https://doi.org/10.29238/jnutri.v20i2.25>

Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu keperawatan Pendekatan praktis* (4th ed.; P. Lestasi, Peni, ed.). Jakarta: Salemba Medika.

Putri1, N. H. K., & Isfandiari, M. A. (2013). Hubungan Empat Pilar Pengendalian Dm Tipe 2 dengan Rerata Kadar Gula Darah. *Jurnal Berkala Epidemiologi*,

1(2), 234–243.

Rachmawati, M. A., . H., & Donastin, A. (2018). Hubungan Pola Makan Dan Kebiasaan Olahraga Yang Baik Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Rsi Jemursari. *Medical and Health Science Journal*, 2(1), 43–46. <https://doi.org/10.33086/mhsj.v2i1.966>

Rahmawati, I. (2019). Hubungan Diet dan Olahraga dengan Kestabilan Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus yang Berobat di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, 7(1), 01–08. <https://doi.org/10.36858/jkds.v7i1.148>

Ramadhanisa, A., Larasati, T., & Mayasari, D. (2013). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kadar HBA1C Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Laboratorium Patologi Klinik RSUD DR.H. Abdul Moeloek Bandar Lampung. *Medical Journal Of Lampung University*, 2(4), 44–51.

Ramayulis, Ri. (2016). *Diet untuk penyakit komplikasi* (1st ed.; A. Mu'min, ed.). Jakarta: penebar plus+ (penebar swadaya grup).

Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar metodologi penelitian* (1st ed.; Ayup, ed.). Yogyakarta: Literasi media publishing.

Steanovv, T. S., Vekova, A. M., Kurktschiev, D. P., & Temelkova-Kurktschiev, T. S. (2011). Relationship of physical activity and eating behaviour with obesity and type 2 diabetes mellitus: Sofia Lifestyle (SLS) study. *Folia Medica*, 53(1), 11–18. <https://doi.org/10.2478/v10153-010-0022-1>

Suarayasa, K. (2020). *Strategi Menurunkan Angka Kematian Ibu (AKI) Di Indonesia* (1st ed.). Yogyakarta: Grup Penerbitan CV Budi Utama.

Sudargo, T., Freitag, H., Rosiyani, F., & Kusmayanti, N. A. (2014). *Pola Makan dan Obesitas* (1st ed.). Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

Suiraoaka, I. P. (2012). *Penyakit Degeneratif mengenal, mencegah dan mengurangi faktor risiko9 penyakit Degeneratif* (1st ed.). Yogyakarta: Nuha Medika.

Sumangkut, S., Supit, W., & Onibala, F. (2013). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Penyakit Diabetes Melitus Tipe 2 di Poli Interna BLU. RSUP. PROF .DR. R. D. Kandou Manado. *Ejournal Keperawatan*, 1 No, 1.

Sutedjo. (2010). *5 Strategi Penderita Diabetes Melitus Berusia Panjang* (5th ed.; P. Penta, ed.). Yogyakarta: Kanisius.

Tandra, H. (2015). *Diabetes Bisa Sembuh Petunjuk Praktis Mengalahkan dan Menyembuhkan Diabetes*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

- Timotius, kris H. (2017). *Pengantar metodologi penelitian pendekatan manajemen pengetahuan untuk perkembangan pengetahuan* (1st ed.; P. Christian, ed.). Yogyakarta: Andi.
- Tjokroprawiro, A. (2011). *Hidup Sehat Bersama Diabetes Panduan Lengkap Pola Makan untuk Penderita Diabetes* (3rd ed.). Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Trisnawati, S. K., & Setyorogo, S. (2013). Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat Tahun 2012. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(1), 6–11.
- Wahyu, G. G. (2009). *Stroke Hanya Menyerang Orang Tua?* Yogyakarta: PT. Bentang Pustaka.
- Yahya, N. (2018). *Hidup Sehat dengan Diabetes*.
- Zein, U., & Newi, E. El. (2019). *Buku Ajar Ilmu Kesehatan (Memahami Gejala, Tanda Dan Mitos)* (1st ed.). Grup Penerbitan CV Budi Utama.