

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai penatalaksanaan asuhan gizi terstandar pada pasien diabetes melitus yang tergabung dalam program Prolanis di Klinik Pratama Rawat Inap Enggal Waras Husada, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil skrining gizi menggunakan *Malnutrisi Screening Tool* (MST) dengan total skor 1 dengan diagnosis penyakit khusus (DM), yaitu pasien beresiko malnutrisi.
2. Hasil *assesmen* gizi pasien
 - a. Antropometri, IMT 27,7 kg/m² (Obes I), dan ada penurunan sebanyak 5% dalam waktu 1 bulan terakhir.
 - b. Biokimia, GDS tinggi, asam urat, dan kolesterol normal.
 - c. Fisik/Klinis, pusing dan nyeri betis kaki sebelah kiri. Tekanan darah, suhu, dan nadi normal.
 - d. Riwayat gizi didapatkan hasil asupan energi 123% (lebih), protein 83% (baik), lemak 108% (baik), karbohidrat 143% (lebih), serat 66% (kurang), kolesterol 218% (lebih), natrium 153% (lebih) dan purin 77% (kurang). Pasien suka mengonsumsi gorengan dan minum kopi setiap pagi hari.
3. Diagnosis gizi pasien adalah:
NC.3.3.3 Obese kelas I, NI.5.8.2. Kelebihan asupan karbohidrat dan NI.5.8.5. Asupan serat inadekuat
4. Intervensi gizi diberikan makanan biasa melalui oral dengan frekuensi makan 3x makanan utama dan 2x selingan. Diberikan energi 1396,5 kkal, protein 52,3 gr, lemak 38,7 gr, dan karbohidrat 209,47 gr, serat 25 gr, dan natrium 1400mg. Memberikan edukasi dan koseling gizi terkait diet DM 1300 kkal.

5. Hasil monitoring dan evaluasi selama intervensi:

- a. Antropometri: status gizi pasien tidak mengalami perubahan selama intervensi.
- b. Biokimia: terjadi penurunan kadar gula darah sewaktu menjadi normal, kadar asam urat dan kolesterol tetap normal sampai akhir intervensi.
- c. Fisik/Klinis: keadaan fisik/klinis pasien mengalami peningkatan secara bertahap pada akhir intervensi.
- d. Riwayat Gizi: asupan makan pasien saat pemberian makan selama 3 hari intervensi dengan jumlah rata-rata asupan energi (91%), protein (98%), lemak (85%), karbohidrat (93%), serat (78%). Kemudian setelah dilakukan pengaturan makan secara pribadi selama 7 hari, diketahui rata-rata asupan pasien energi (82%), protein (84%), lemak (72%), karbohidrat (87%), dan serat (41%).
- e. Edukasi Gizi: terjadi peningkatan pengetahuan pasien tentang diet diabetes ditandai dengan kenaikan jumlah skor *pretest* dan *posttest*.

B. Saran

Pasien mampu menjaga pola makan dengan menghindari jenis makanan yang berpotensi meningkatkan kadar glukosa darah, mengonsumsi makanan secara teratur, serta mengikuti diet sesuai anjuran tenaga kesehatan. Selain itu, dukungan dan keterlibatan keluarga berperan penting dalam memberikan motivasi agar pasien konsisten menjalankan pola diet yang telah ditetapkan.