

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Diketahui sebelum dilakukan intervensi pemberian sari kedelai, kadar glukosa darah puasa pada pasien DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Branti Raya menunjukkan rata-rata sebesar 159,47 mg/dL dengan simpangan baku sebesar 31,7 mg/dL. Nilai kadar glukosa darah tertinggi adalah 199 mg/dL dan terendah 110 mg/dL.
2. Diketahui rata-rata kadar glukosa darah puasa pada pasien DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Branti Raya sesudah dilakukan intervensi pemberian sari kedelai sebesar 144,28 mg/dL, dengan simpangan baku sebesar 29,2 mg/dL. Nilai kadar glukosa darah tertinggi 194 mg/dL, dan yang terendah 103 mg/dL.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan kadar glukosa darah pada pasien DM tipe 2 sebelum dan sesudah pemberian sari kedelai di wilayah kerja Puskesmas Branti Raya. Pemberian sari kedelai menurunkan kadar glukosa darah rata-rata dari 159,47 mg/dL menjadi 144,28 mg/dL, dengan hasil uji *Paired sample t-test* menunjukkan $p\text{-value} = 0,000 (<0,05)$.

B. Saran

1. Bagi Responden (Pasien Diabetes Melitus Tipe 2)
Disarankan untuk mengonsumsi sari kedelai secara rutin sebagai bagian dari pola hidup sehat, namun tetap mengikuti anjuran medis dan tidak menggantikan terapi utama.
2. Bagi Puskesmas (Tenaga Kesehatan)
Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam memberikan edukasi kepada pasien DM tipe 2 mengenai manfaat konsumsi sari kedelai sebagai terapi tambahan nonfarmakologis untuk membantu mengontrol kadar glukosa darah.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, durasi intervensi yang lebih yang lebih panjang, kontrol yang lebih ketat terhadap variabel perancu (seperti pola makan dan aktivitas fisik), serta menggunakan sari kedelai murni tanpa tambahan gula.