

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Setelah dilakukan penelitian mengenai Gambaran Pengetahuan Mengenai Diet Rendah Gula Yang Memiliki Faktor Resiko Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Remaja Di Sma Negeri 1 Cimalaka kepada 112 responden dengan menggunakan kuesioner sebanyak 14 soal, didapatkan hasil :

1. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pengetahuan dari responden mengenai diabetes melitus cukup hanya saja untuk faktor penyebab terjadinya DM masih kurang diketahui oleh responden. Hal tersebut bisa terjadi karena kurangnya informasi yang diperoleh.
2. Hasil penelitian didapat bahwa dari 112 responden mayoritas memiliki pengetahuan cukup mengenai diet rendah gula karena salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu umur.

5.2 Saran

1. Bagi praktisi

Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai kajian tolak ukur atau bahan masukan mengenai tingkat pengetahuan dan perilaku terhadap diet rendah gula pada remaja serta dapat dijadikan sebagai masukan untuk meningkatkan kualitas maupun kuantitas dalam program pencegahan dan penanggulangan penyakit diabetes pada remaja.

2. Bagi pengembangan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya serta dapat menjadi acuan atau pertimbangan bagi remaja untuk lebih memperhatikan asupan makanan yang dikonsumsi berkaitan dengan penyakit diabetes melitus.