

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan uraian pada bab sebelumnya maka penulis menyimpulkan :

- a. Diabetes melitus adalah salah satu penyakit degeneratif yang disebabkan oleh peningkatan kadar gula darah. Adanya peningkatan kadar gula darah harus segera diturunkan agar tidak terjadi masalah yang lebih serius, penurunan kadar gula darah bisa dilakukan dengan pemberian jus apel hijau karena buah apel hijau memiliki nilai index glikemik yang rendah yaitu 41, hal ini berarti bahwa kadar gula yang terdapat secara alami pada apel tidak akan memacu kecepatan naiknya gula darah.
- b. Diabetes mellitus adalah salah satu penyakit degeneratif yang disebabkan oleh adanya peningkatan kadar glukosa darah. Salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya peningkatan kadar gula darah yaitu banyak mengkonsumsi makanan yang ber gula, kurang olahraga dan kurang tidur.
- c. Ny I telah menderita Diabtes mellitus selama 2 tahun, yang disebabkan sering memakan makan yang manis, ini salah satu yang dapat memicu peningkatan kadar gula darah. Penulis melakukan implementasi salah satunya aplikasi jus apel hijau.
- d. Didapatkan hasil setelah pemberian jus apel hijau pada Ny I, kadar gula darahnya mengalami penurunan dari 200 mg/dl menjadi 119 mg/dl.

#### **5.2 Saran**

Ada beberpa saran yang dapat penulis sampaikan yaitu :

a. Bagi pasien

Di harapkan pasien dan keluarga pasien meneruskan pemberian jus apel hijau secara rutin untuk menurunkan kadar gula dan melakukan pola hidup yang sehat.

b. Bagi penulis selanjutnya

Bagi penulis selanjutnya diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan atau informasi untuk tenaga kesehatan terutama perawat dan dapat menerapkan salah satu cara terapi non farmakologi untuk pasien diabetes mellitus yaitu penggunaan jus apel hijau untuk mrngontrol kadar gula

c. Bagi praktik keperawatan

Diharapkan dapat menjadi sumber referensi dan pengetahuan mengenai penyakit diabetes mellitus dan terapinya.

