

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian, maka simpulan yang didapat sebagai berikut :

1. *Self Diabetes Management Education* meningkatkan pengetahuan prediabetes di Puskesmas Pesantren I Kota Kediri
2. *Self Diabetes Management Education* tidak meningkatkan sikap prediabetes di Puskesmas Pesantren I Kota Kediri
3. *Self Diabetes Management Education* menurunkan kadar gula darah prediabetes di Puskesmas Pesantren I Kota Kediri
4. *Self Diabetes Management Education* paling memberikan pengaruh terhadap kadar gula darah prediabetes di Puskesmas Pesantren I Kota Kediri

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan diatas maka saran penelitian adalah sebagai berikut :

##### 1. Saran Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi penelitian yang akan datang dengan metode edukasi yang bervariasi seperti penggunaan media audiovisual berdasarkan *evidence based* penelitian sebelumnya.

## 2. Saran Praktis

### 1) Bagi penderita prediabetes

Responden dengan kondisi prediabetes dapat meningkatkan pengetahuan dengan cara selalu memperbaharui informasi mengenai kesehatan atau dengan cara konsultasi dengan dokter terdekat atau melalui membaca artikel kesehatan, internet atau media massa yang dipercaya sehingga terdapat peningkatan pengetahuan yang dapat merubah sikap kearah positif. Selain itu penderita prediabetes diharapkan tetap melakukan kontrol glikemik minimal 1 bulan untuk mempertahankan kadar gula darah dalam rentang normal sehingga komplikasi dari peningkatan kadar gula darah dapat diminimalkan.

### 2) Bagi Puskesmas Pesantren I Kota Kediri

Petugas kesehatan terkait perlu terus meningkatkan upaya pencegahan prediabetes melalui kegiatan pelatihan kader ataupun kegiatan promosi kesehatan dalam rangka skrining prediabetes sehingga dapat menekan angka kejadian diabetes melitus tipe 2 yang semakin meningkat di Puskesmas Pesantren I Kota Kediri.

### 3) Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai data penunjang peningkatan kualitas pembelajaran berdasarkan hasil penelitian.

4) Bagi penelitian keperawatan

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai rujukan penelitian selanjutnya terkhusus mengenai aplikasi SMDE dengan metode edukasi lebih bervariasi sehingga diharapkan dapat meningkatkan sikap positif terhadap kesehatan.