

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan di lingkungan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung mengenai perbandingan peningkatan kadar glukosa darah setelah pemberian madu, gula putih, dan gula merah pada orang dewasa muda yang berpuasa, dapat disusun kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Madu dapat meningkatkan kadar glukosa darah orang dewasa yang berpuasa dengan nilai rata-rata peningkatan kadar glukosa darah 32,13 mg/dl.
- 2) Gula Putih dapat meningkatkan kadar glukosa darah orang dewasa yang berpuasa dengan nilai rata-rata peningkatan kadar glukosa darah 30 mg/dl.
- 3) Gula Merah dapat meningkatkan kadar glukosa darah orang dewasa yang berpuasa dengan nilai rata-rata peningkatan kadar glukosa darah 27,53 mg/dl.
- 4) Tidak terdapat perbedaan bermakna pada peningkatan kadar glukosa darah mahasiswa yang berpuasa setelah pemberian madu, gula putih, dan gula merah.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Saran Akademis

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk menilai pengaruh peningkatan kadar glukosa darah setelah pemberian madu, gula putih, dan gula merah pada orang yang sudah berpuasa.

### 5.2.2 Saran Praktis

Konsumsi makanan atau minuman yang mengandung unsur madu sebagai pemanis dapat diberikan untuk pemakaian yang sifatnya kondisional atau dibutuhkan untuk memenuhi kebutuhan glukosa darah segera. Sebagai contohnya konsumsi makanan atau minuman mengandung madu untuk pasien diabetes yang membutuhkan asupan glukosa yang tidak terlalu tinggi dan untuk para pelajar atau mahasiswa yang memiliki aktivitas keseharian yang cukup tinggi.