

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada penderita DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Pauh, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian besar penderita DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Pauh dalam penelitian ini mengalami kualitas tidur yang buruk
2. Sebagian besar penderita DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Pauh dalam penelitian ini memiliki kualitas hidup yang buruk
3. Terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan kualitas hidup pada penderita DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Pauh.

B. Saran

1. Bagi Puskesmas Pauh

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat memberikan informasi dan masukan serta saran pada pihak puskesmas supaya memperhatikan dan mengkaji aspek kualitas tidur pada penderita DM tipe 2 seperti dengan mengadakan *screening* pasien DM yang mengalami gangguan tidur, lalu memberikan edukasi tentang cara menangani masalah tidur melalui media seperti leflet serta kegiatan senam ataupun kegiatan lain yang dapat menunjang peningkatan kualitas tidur pada DM tipe 2.

2. Bagi Ilmu Keperawatan

Melalui penelitian ini dapat menjadikan sumber informasi baru dalam rangka meningkatkan wawasan dalam bidang ilmu keperawatan. Sesuai dengan penelitian ini, diharapkan adanya pengkajian dan pemberian asuhan keperawatan terkait peningkatan kebutuhan tidur yang cukup yang dapat disarankan untuk pasien oleh perawat sebagai edukator yang menjadi bagian dari program pendidikan *self-management*, sehingga nantinya dapat meningkatkan kualitas tidur yang akan berpengaruh pada kualitas hidup penderitanya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat memberikan pengetahuan bagi peneliti selanjutnya, serta mendorong dilakukannya penelitian selanjutnya dengan mengupas faktor atau aspek lain terkait dengan kualitas hidup penderita DM tipe 2 dengan menggunakan desain lain atau dengan metode yang berbeda.