

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai Analisis faktor yang mempengaruhi persepsi penderita Diabetes Melitus dalam melakukan aktivitas fisik dengan pendekatan *Health Belief Model* (HBM) di Puskesmas Pauh Kota Padang Tahun 2023 dengan 112 responden, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebagian besar persepsi penderita diabetes melitus dalam melakukan aktivitas fisik berdasarkan pendekatan *health belief model* (HBM) di Puskesmas Pauh Kota Padang Tahun 2023 masih rendah.
2. Sebagian besar penderita diabetes melitus di Puskesmas Pauh Kota Padang Tahun 2023 memiliki pengetahuan yang cukup tentang aktivitas fisik.
3. Sebagian besar penderita diabetes melitus di Puskesmas Pauh Kota Padang Tahun 2023 memiliki dukungan keluarga yang cukup untuk melakukan aktivitas fisik.
4. Terdapat hubungan antara pengetahuan dengan persepsi penderita diabetes melitus dalam melakukan aktivitas fisik berdasarkan *health belief model* (HBM) termasuk dalam kategori lemah dan bernilai positif yang artinya semakin baik tingkat pengetahuan penderita diabetes melitus tentang aktivitas fisik, maka akan maka akan

semakin tinggi persepsi penderita Diabetes Melitus dalam melakukan aktivitas fisik.

5. Terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan persepsi penderita diabetes melitus dalam melakukan aktivitas fisik berdasarkan *health belief model* (HBM) termasuk dalam kategori lemah dan bernilai positif yang artinya dukungan keluarga yang semakin baik akan membuat penderita diabetes melitus rajin melakukan aktivitas fisik.

B. Saran

1. Bagi Puskesmas

Diharapkan bagi Puskesmas Pauh dapat meningkatkan pengetahuan penderita diabetes melitus dengan cara melakukan penyuluhan atau sosialisasi terkait pentingnya aktivitas fisik bagi penderita DM.

2. Bagi Penderita Diabetes Melitus

Diharapkan bagi penderita diabetes melitus dapat menambah pengetahuan terkait pentingnya aktivitas fisik, bisa melalui internet, penyuluhan, brosur, media sosial, dan lain-lain. Serta membuat jadwal rutin terkait pelaksanaan aktivitas fisik agar mempermudah penderita DM dalam melaksanakannya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi peneliti selanjutnya terkait faktor yang mempengaruhi persepsi

penderita Diabetes Melitus dalam melakukan aktivitas fisik dengan pendekatan *Health Belief Model* (HBM). Serta peneliti selanjutnya bisa menganalisis faktor lain yang dapat mempengaruhi persepsi seseorang dalam melakukan aktivitas fisik.

