

## BAB VII

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan penelitian mengenai pengaruh strategi alfabet terhadap kontrol gula dan risiko komplikasi diabetes di wilayah kerja Puskesmas Sarudik Kabupaten Tapanuli Tengah, dapat disimpulkan bahwa strategi alfabet memiliki pengaruh terhadap kontrol gula dan risiko komplikasi penderita diabetes.

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini adalah responden berusia lanjut usia, berpendapatan di bawah upah minimum regional Kabupaten Tapanuli Tengah, dengan latar belakang pendidikan menengah ke bawah. Responden juga telah menderita diabetes lebih dari 5 tahun dan seluruh perawatan mengandalkan BPJS.
2. Terlihat gambaran rata-rata hasil pengukuran kontrol gula darah dan risiko komplikasi pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.
3. Ada pengaruh signifikan strategi alfabet terhadap kontrol gula darah, tekanan darah sistolik, kolesterol, gula darah puasa, dan indeks massa tubuh ( $p\text{-value} < 0,05$ ).
4. Tidak terdapat perbedaan nilai kontrol gula darah dan risiko komplikasi setelah dilakukan intervensi (*posttest*) pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi.

5. Hasil analisa menyimpulkan bahwa tujuh komponen penting perawatan diri dalam manajemen diabetes yang disederhanakan pada strategi alfabet serta dilaksanakan dalam waktu 3 minggu, mampu memberi pengaruh signifikan terhadap nilai HbA1c, tekanan darah sistol, kolesterol, kadar gula puasa, dan indeks massa tubuh..

## B. Saran

### 1. Bagi Keperawatan

#### a. Pendidikan Keperawatan

Institusi keperawatan disarankan untuk menggunakan strategi alfabet sebagai media intervensi penderita diabetes melitus. Strategi alfabet mencakup kompleksitas manajemen perawatan diri diabetes yang mudah dimengerti dan fleksibel, juga komprehensif untuk memastikan manajemen diabetes dapat terlaksana seumur hidup penderita.

#### b. Puskesmas

Rekomendasi hasil penelitian ini adalah agar tenaga kesehatan di Puskesmas, khususnya perawat mempertimbangkan penggunaan strategi alfabet. Strategi alfabet dapat mengurangi kesulitan dalam pencatatan dokumen dan peninjauan materi edukasi, serta meringkas penyimpanan rekam kesehatan penderita diabetes. Selain itu, penderita juga dipermudah dengan buku yang mencatat perjalanan kesehatannya, target klinis yang harus dicapai, rencana yang harus dilakukan, serta riwayat diet apabila terjadi penurunan nilai klinis.

### 2. Bagi Penderita Diabetes Melitus

Strategi alfabet dikembangkan secara personal sesuai kebutuhan individu penderita diabetes. Dengan demikian penderita diabetes disarankan mengembangkan ide-ide kreatif berdasarkan catatan yang telah direkam sendiri sehingga penderita mengetahui apa yang sudah dan apa yang belum dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidupnya melalui pencapaian target nilai klinis yang telah ditetapkan.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan mempertimbangkan variabel stress dalam pengelolaan kontrol gula, mengganti lokasi penelitian ke ruang lingkup rumah sakit untuk mendapatkan besaran risiko kejadian komplikasi diabetes melitus, memperpanjang waktu penelitian untuk mendapatkan perbedaan signifikan atau mengganti desain penelitian menjadi retrospektif dengan metode mix-method, hingga menciptakan aplikasi yang dapat digenggam untuk mempermudah penderita diabetes yang kesehariannya tidak dapat lepas dari perangkat canggih elektronik.

