

BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus, serta melalui analisis regresi logistik multivariat terhadap variabel pengetahuan, pendidikan, dukungan keluarga, dan dukungan petugas kesehatan, maka diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1) Dari keempat variabel independen yang dianalisis, hanya variabel pendidikan yang menunjukkan pengaruh signifikan secara statistik terhadap kepatuhan diet pada pasien Diabetes Melitus ($p < 0,001$; $\text{Exp}(B) = 0,361$). menunjukkan bahwa pasien dengan pendidikan rendah memiliki peluang lebih kecil untuk patuh terhadap diet dibandingkan dengan pasien berpendidikan tinggi. Sebaliknya, pasien dengan pendidikan tinggi memiliki peluang 2,77 kali lebih besar untuk patuh terhadap diet. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pendidikan merupakan faktor dominan yang memengaruhi kepatuhan diet pasien diabetes melitus tipe 2.

2) Variabel pengetahuan, dukungan keluarga, dan dukungan petugas kesehatan tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan dalam model multivariat, meskipun sebelumnya signifikan dalam analisis bivariat. Hal ini mengindikasikan bahwa pendidikan dapat menjadi faktor dominan yang memengaruhi atau memediasi pengaruh

variabel-variabel lain terhadap kepatuhan diet.

- 3) Penelitian ini menegaskan bahwa tingkat pendidikan merupakan determinan penting dalam membentuk perilaku kepatuhan diet pada pasien DM. Oleh karena itu, strategi edukatif yang bertujuan meningkatkan kepatuhan diet harus mempertimbangkan latar belakang pendidikan pasien.

B. Saran

1) Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa pendidikan pasien merupakan faktor dominan yang memengaruhi kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2. Penelitian ini penting bagi pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam ranah keperawatan komunitas. Oleh karena itu ilmu keperawatan perlu memperkuat konsep edukasi berbasis tingkat pendidikan dengan menekankan pentingnya asesmen awal terhadap tingkat pendidikan pasien sebelum intervensi edukasi diberikan.

Penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam penyusunan maupun revisi Standar Operasional Prosedur (SOP) edukasi kesehatan di layanan primer. SOP sebaiknya memuat kewajiban perawat untuk melakukan pengkajian tingkat pendidikan pasien secara sistematis agar metode, media, dan bahasa yang digunakan dalam edukasi sesuai dengan kapasitas pemahaman pasien. Dengan adanya SOP ini, perawat memiliki pedoman baku dalam

menyesuaikan strategi edukasi kesehatan, sehingga informasi yang disampaikan lebih tepat sasaran, kepatuhan diet pasien dapat ditingkatkan, serta risiko komplikasi diabetes mellitus dapat diminimalkan.

2) **Bagi Pelayan Kesehatan**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam pengembangan program pelayanan kesehatan, khususnya di puskesmas maupun fasilitas kesehatan lainnya. Petugas kesehatan, terutama perawat, diharapkan lebih aktif dalam memberikan edukasi kesehatan yang disesuaikan dengan tingkat pendidikan serta kemampuan pemahaman pasien, sehingga pesan kesehatan lebih mudah diterima dan dipraktikkan. Tenaga kesehatan perlu menyesuaikan metode edukasi dengan karakteristik pasien, misalnya dengan penggunaan bahasa yang sederhana, penjelasan interaktif, maupun penyampaian informasi berbasis pengalaman sehari-hari.

Untuk meningkatkan efektivitas, pelayanan kesehatan juga disarankan menyediakan berbagai media edukasi yang variatif, seperti leaflet bergambar, video edukatif, modul sederhana, maupun aplikasi digital, sehingga mampu menjangkau pasien dengan latar belakang pendidikan yang berbeda. Selain itu, program monitoring dan evaluasi kepatuhan diet perlu dilakukan secara berkesinambungan melalui kegiatan seperti Prolanis, penyuluhan

kelompok, maupun kunjungan rumah. Hal ini memungkinkan tenaga kesehatan untuk menilai keberhasilan edukasi sekaligus memberikan pendampingan yang lebih intensif kepada pasien.

Pelayanan kesehatan juga diharapkan melibatkan keluarga sebagai pendukung utama pasien, karena dukungan keluarga terbukti berperan penting dalam meningkatkan kepatuhan terhadap pengelolaan diet diabetes. Dengan strategi yang terarah dan menyeluruh, pelayanan kesehatan dapat berperan lebih optimal dalam menekan angka komplikasi, meningkatkan kualitas hidup pasien, serta mengurangi beban biaya perawatan jangka panjang.

3) Bagi Penelitian selanjutnya

Desain penelitian ini yang bersifat potong lintang (*cross-sectional*) hanya mampu menggambarkan hubungan antarvariabel pada satu waktu. Penelitian ini masih memiliki keterbatasan, sehingga disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan kajian yang lebih mendalam dengan desain dan variabel yang lebih luas. Penelitian berikutnya dapat menggunakan desain longitudinal untuk melihat perubahan kepatuhan diet pasien diabetes melitus tipe 2 dalam jangka waktu tertentu, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai keberlanjutan perilaku pasien.

Selain itu, penelitian selanjutnya dapat mengembangkan intervensi berbasis pendidikan, seperti program edukasi terstruktur,

konseling kelompok, atau pemanfaatan media digital, untuk menguji efektivitasnya dalam meningkatkan kepatuhan diet pasien. Variabel lain yang juga penting untuk diteliti meliputi dukungan keluarga, motivasi individu, status ekonomi, budaya, serta kondisi psikososial pasien, karena faktor-faktor tersebut berpotensi berpengaruh terhadap kepatuhan diet. Untuk memperluas keberlakuan hasil penelitian, studi berikutnya sebaiknya dilakukan dengan sampel yang lebih besar serta melibatkan berbagai wilayah dan setting pelayanan Kesehatan

yang berbeda. Dengan demikian penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih luas dan memberikan kontribusi yang lebih signifikan dalam pengembangan strategi keperawatan maupun pelayanan kesehatan untuk pasien diabetes melitus tipe 2.

