

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Gambaran Manajemen Diri pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Andalas Kota Padang”, dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik umum responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada usia lanjut, dengan mayoritas berjenis kelamin perempuan dan memiliki tingkat pendidikan menengah. Hal ini menunjukkan bahwa kelompok usia lanjut lebih berisiko mengalami Diabetes Melitus Tipe II dan perlu perhatian lebih dalam manajemen diri.
2. Gambaran diet responden menunjukkan bahwa sebagian besar memiliki pola diet sedang (61%), diikuti oleh baik (21%) dan kurang (18%). Hasil ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden sudah berusaha menjaga pola makan, namun masih diperlukan peningkatan edukasi terkait pengaturan porsi, jenis, dan jadwal makan agar tercapai manajemen diet yang optimal.
3. Gambaran pengobatan responden menunjukkan bahwa sebagian besar memiliki kepatuhan minum obat dalam kategori sedang (76%), sedangkan rendah (15%) dan tinggi (7%). Ini berarti sebagian besar

pasien cukup patuh, namun belum maksimal dalam mengonsumsi obat sesuai anjuran. Edukasi dan pengawasan dari tenaga kesehatan serta dukungan keluarga sangat dibutuhkan untuk meningkatkan kepatuhan pengobatan.

- 
4. Gambaran aktivitas fisik responden menunjukkan bahwa mayoritas melakukan aktivitas fisik berat (49%), diikuti oleh aktivitas sedang (30%) dan ringan (19%). Hal ini menggambarkan bahwa sebagian besar responden memiliki kesadaran cukup tinggi terhadap pentingnya olahraga dan aktivitas fisik untuk menjaga kestabilan kadar gula darah.
 5. Gambaran kepatuhan kontrol gula darah menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada dalam kategori patuh (50%), sedangkan tidak patuh (48%). Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan dalam kontrol gula darah sudah cukup baik, namun masih perlu peningkatan kesadaran tentang pentingnya pemantauan rutin untuk mencegah komplikasi.
 6. Gambaran perawatan kaki menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada dalam kategori baik (62%) dan cukup baik (36%). Ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita telah melakukan langkah-langkah pencegahan terhadap komplikasi kaki diabetik, meskipun sebagian kecil masih membutuhkan edukasi lebih lanjut terkait pemeriksaan kaki harian dan pemilihan alas kaki yang tepat.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan Puskesmas Andalas dapat meningkatkan program edukasi berkelanjutan tentang manajemen diri bagi penderita Diabetes Melitus Tipe II, khususnya terkait pengaturan diet, kepatuhan minum obat, aktivitas fisik, kontrol gula darah, dan perawatan kaki. Puskesmas juga diharapkan dapat memperkuat sistem monitoring dan konseling individu untuk membantu pasien mempertahankan gaya hidup sehat serta mencegah terjadinya komplikasi.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan ajar atau referensi tambahan dalam mata kuliah Keperawatan Medikal Bedah, khususnya yang berkaitan dengan manajemen diri pada pasien dengan penyakit kronik seperti Diabetes Melitus. Institusi pendidikan diharapkan juga dapat mendorong mahasiswa untuk melakukan penelitian terapan di bidang manajemen diri pasien, sehingga mampu memberikan kontribusi nyata bagi peningkatan kualitas pelayanan keperawatan.

3. Bagi Keperawatan

Perawat diharapkan dapat berperan aktif dalam memberikan edukasi, motivasi, dan pendampingan kepada pasien Diabetes Melitus dalam mengelola penyakitnya secara mandiri. Perawat perlu mengembangkan komunikasi terapeutik yang efektif serta pendekatan holistik untuk meningkatkan kepatuhan pasien dalam menjalankan

program pengobatan, diet, aktivitas fisik, kontrol gula darah, dan perawatan kaki.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk penelitian berikutnya dengan menambahkan variabel lain seperti dukungan keluarga, tingkat pengetahuan, motivasi diri, atau faktor psikologis yang dapat mempengaruhi manajemen diri pada penderita Diabetes Melitus. Selain itu, disarankan agar penelitian selanjutnya menggunakan desain analitik sehingga dapat mengetahui hubungan atau pengaruh antara variabel yang diteliti secara lebih mendalam.

