

## BAB VI

### SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini peneliti menjelaskan simpulan dan saran berhubungan dengan masalah penelitian yang dilakukan. Penelitian ini dilakukan untuk mendapatkan gambaran *self-awareness* pada keluarga resiko tinggi Diabetes Mellitus.

#### 6.1. Simpulan

Berdasarkan penelitian studi kasus ini, peneliti menyimpulkan bahwa kurangnya *self-awareness* partisipan resiko tinggi Diabetes Mellitus disebabkan oleh:

- a. Partisipan resiko tinggi merupakan individu-individu dengan hidden area. Masyarakat ini sulit untuk peduli, berbagi, maupun terbuka atau menerima masukan orang lain. Mereka menyelesaikan masalah berdasarkan pemikiran dan sesuai kehendaknya sendiri, oleh karenanya hanya diri mereka sendiri yang mengetahui masalah kesehatannya.
- b. Partisipan melalui pola asuh yang berpindah-pindah dimasa kecilnya, kurang mendapat perhatian keluarga, tekanan hidup dan pekerjaan yang melelahkan, sehingga menyebabkan mereka sibuk dengan urusan mereka sendiri, kurang terbuka dan cenderung menutup diri.
- c. Tidak proaktifnya keluarga dalam pencegahan Diabetes Mellitus. Keluarga hanya sebatas menganjurkan untuk pemeriksaan, olahraga, mengurangi makan, tapi tidak terlibat langsung dalam pelaksanaannya.

## 6.2. Saran

### 6.2.1. Bagi Intansi Pelayanan Kesehatan (Puskesmas)

- a. Diharapkan dapat lebih intensif memberi penyuluhan dan pembinaan tentang penyakit Diabetes Mellitus kepada masyarakat. Mengingatkan pentingnya pola hidup sehat serta mengingatkan bahaya dan dampak dari penyakit Diabetes Mellitus .
- b. Diharapkan adanya pendataan masyarakat yang beresiko tinggi Diabetes Mellitus dimasyarakat dengan menelusuri data keluarga penderita Diabetes Mellitus yang tercatat dipelayanan kesehatan dengan memperhatikan kriteria atau factor-faktor penyebab Diabetes Mellitus bertujuan untuk mengidentifikasi mereka yang tidak bergejala.

### 6.2.2. Bagi Masyarakat

- a. Menerapkan pola hidup sehat, diet seimbang dan intensitas aktifitas fisik yang cukup
- b. Meningkatkan self awareness dan kewaspadaan terhadap kondisi kesehatannya dengan melakukan pemeriksaan dini Diabetes Mellitus
- c. Bagi masyarakat yang sudah terdeteksi agar berobat secara teratur dan menerapkan cara hidup yang sehat

### 6.2.3. Bagi Peneliti Lain

- a. Dapat melanjutkan studi kualitatif ini untuk melihat *Self-awareness* masyarakat resiko tinggi dalam melakukan pemeriksaan dini terkait Diabetes Mellitus sebelum dan setelah diberi edukasi atau penyuluhan

- b. Dapat melanjutkan studi kualitatif ini dengan melihat peran aktif tenaga kesehatan untuk turun kelapangan dalam meningkatkan self awareness masyarakat terhadap pencegahan Diabetes Mellitus, mengingat masyarakat yang jarang mendatangi pelayanan kesehatan
- c. Dapat menjadikan tesis ini sebagai bahan perbandingan untuk melihat *Self-awareness* masyarakat resiko tinggi yang besar dengan keluarga inti dan proaktif dalam pencegahan penyakit Diabetes Mellitus

