

BAB V

PENUTUP

V.1. Kesimpulan

Pada penelitian yang telah dilakukan pada 117 penderita diabetes melitus tipe 2 dengan judul “Hubungan antara *Diabetes Distress* dengan *Self Care Management* dan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Pasar Rebo” didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

- a. Gambaran karakteristik responden didapatkan rata-rata penderita diabetes melitus tipe 2 berusia 64 tahun ($\pm 9,022$). Dari 117 penderita diabetes melitus tipe 2 mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 85 responden (72,6%), 55 responden (47%) berpendidikan SMA, 82 responden (70,1%) berstatus menikah, 74 responden (63,2%) menderita diabetes melitus dalam rentang 1-5 tahun, dan 107 responden (91,5%) mendapatkan terapi farmakologis jenis obat antidiabetes oral.
- b. Gambaran *diabetes distress* responden yaitu dari 117 penderita diabetes melitus tipe 2 didapatkan mayoritas mengalami *diabetes distress* rendah sebanyak 61 responden (52,1%).
- c. Gambaran *self care management* responden yaitu dari 117 penderita diabetes melitus tipe 2 didapatkan mayoritas mengalami *self care management* baik sebanyak 75 responden (64,1%).
- d. Gambaran kadar gula darah responden yaitu dari 117 penderita diabetes melitus tipe 2 didapatkan rata-rata kadar gula darah puasa 162 mg/dL ($\pm 54,980$) yang masuk dalam kategori diabetes.
- e. Berdasarkan uji spearman menghasilkan nilai p-value $0,000 < 0,05$ dan nilai r yaitu $-0,600$ yang dapat disimpulkan terdapat hubungan kuat antara *diabetes distress* dengan *self care management*. Penderita diabetes melitus tipe 2 dengan *diabetes distress* semakin ringan maka mempunyai *self care management* yang semakin buruk.

- f. Berdasarkan uji spearman menghasilkan nilai p-value $0,009 < 0,05$ dan nilai r yaitu 0,241 yang dapat disimpulkan terdapat hubungan sangat lemah antara *diabetes distress* dengan kadar gula darah. Semakin tingginya tingkat *diabetes distress* maka semakin rendah kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe 2.

V.2. Saran

Berikut ini beberapa saran yang dapat dijadikan bahan evaluasi, sebagai berikut:

- a. Bagi Penderita Diabetes Melitus

Penderita diabetes melitus diharapkan mengenali tanda gejala *diabetes distress* sehingga dapat mendeteksi secara dini dan melakukan konsultasi terkait *diabetes distress*. Penderita diabetes melitus yang tidak atau mengalami *diabetes distress* ringan perlu waspada terhadap peningkatan tingkat *diabetes distress* karena *diabetes distress* merupakan hal yang dinamis dimana sewaktu-waktu akan berubah. Penderita diabetes melitus juga perlu meningkatkan *self care management* terutama penerapan kontrol diet sesuai dengan aturan sehingga kadar gula darah dapat terkontrol.

- b. Bagi Institusi Pendidikan Kesehatan

Institusi pendidikan dapat menambahkan *diabetes distress* ke dalam kurikulum pendidikan kesehatan seperti keperawatan. Institusi pendidikan kesehatan juga dapat menjadikan topik *diabetes distress* dan *self care management* diabetes sebagai bahan pembelajaran serta diskusi antar profesi kesehatan.

- c. Bagi Penelitian

Peneliti berharap terdapat penelitian yang meneliti perubahan *diabetes distress* dan *self care management* dari waktu ke waktu serta faktor yang mempengaruhinya.

d. Bagi Pelayanan Kesehatan

Pelayanan kesehatan dapat memberikan edukasi terkait *diabetes distress* dan *self care management*. Pelayanan kesehatan juga dapat menerapkan pengkajian *diabetes distress* pada penderita diabetes melitus sehingga masalah psikologi dapat dideteksi dan ditangani secara dini. Pelayanan kesehatan dapat memberikan intervensi pada penderita diabetes melitus yang mengalami *distress* emosional, *distress* berhubungan dengan dokter atau tenaga kesehatan, dan *distress* terkait regimen terapi sehingga tingkat *diabetes distress* dapat menurun atau tidak ada yang akhirnya *self care management* dalam kontrol gula darah diterapkan secara baik. Pelayanan kesehatan juga dapat memberikan intervensi kepada keluarga penderita diabetes melitus yang mengalami *distress* interpersonal sehingga keluarga dapat memberikan dukungan kepada penderita diabetes melitus untuk menerapkan *self care management* dalam mengontrol gula darah.