

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berikut ini adalah kesimpulan yang didapatkan dari penelitian ini berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, yaitu:

1. Tingkat depresi pada pasien diabetes melitus sebelum diberikan *gratitude journal* adalah sebanyak 16 orang (51,6%) yang mengalami depresi sedang dan 15 orang (48,4%) mengalami depresi rendah.
2. Tingkat depresi pada pasien diabetes melitus setelah diberikan intervensi *gratitude journal* didapatkan hasil bahwa sebanyak 13 orang (41,9%) yang mengalami depresi rendah, 10 orang (32,3%) normal dan terdapat 8 orang (25,8%) depresi sedang
3. Ada pengaruh *gratitude journal* terhap tingkat depresi pada pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Selatan tahun 2024, ditunjukkan dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$).

B. Saran

Dari hasil analisis dan simpulan yang telah dijabarkan di atas, terdapat beberapa hal yang dapat dirasakan demi pengembangan hasil penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Tempat penelitian

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu acuan dalam memberikan intervensi untuk membantu menurunkan tingkat depresi pada

pasien diabetes melitus khususnya di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Selatan.

2. Peneliti selanjutnya

- a. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti lain yang tertarik untuk menyelidiki pengaruh *gratitude journal* terhadap tingkat depresi pada pasien diabetes melitus.
- b. Diharapkan peneliti selanjutnya untuk menyelidiki lebih lanjut mengenai hubungan lama menderita diabetes melitus dengan tingkat depresi.