

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian diatas maka dapat diuraikan simpulan sebagai berikut :

1. Tingkat depresi pada pasien diabetes melitus sebelum diberikan latihan ACT sebagian besar dalam kategori depresi ringan yaitu sebanyak 10 orang (58,8 %).
2. Tingkat depresi pada pasien diabetes melitus setelah diberikan latihan ACT sebagian besar dalam kategori depresi ringan yaitu sebanyak 10 orang (58,8 %).
3. Ada hubungan yang bermakna $p = 0,001$ usia dengan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Karangasem I Tahun 2019.
4. Ada hubungan yang bermakna $p = 0,001$ tingkat pendidikan dengan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Karangasem I Tahun 2019.
5. Ada hubungan yang bermakna $p = 0,001$ rentang waktu menderita DM dengan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Karangasem I Tahun 2019.
6. Ada pengaruh yang signifikan $p = 0,000$ latihan ACT terhadap depresi pada pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Karangasem I Tahun

2019, bahwa latihan ACT dapat menurunkan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus.

B. Saran

Berdasarkan simpulan diatas maka peneliti menyarankan beberapa hal sebagai berikut.

1. Manajemen Puskesmas Karangasem I

Disarankan bagi manajemen Puskesmas Karangasem I diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu alternatif untuk melengkapi tindakan yang sudah dilakukan selama ini dalam menurunkan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus dengan latihan ACT

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Saran yang diberikan bagi peneliti selanjutnya diharapkan dalam penelitian selanjutnya :

- a. Dalam penelitian berikutnya diharapkan dapat menggunakan teknik *simple random sampling* dalam mengambil sampel sehingga setiap populasi memiliki hak yang sama untuk terpilih sebagai subyek penelitian
- b. Dalam penelitian berikutnya diharapkan melakukan penelitian menggunakan kelompok kontrol sehingga dapat membandingkan tingkat depresi pada subyek penelitian yang tidak diberikan perlakuan