

## BAB VI

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan penelitian mengenai gambaran *self care* management pada pasien diabetes melitus di Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2021 dapat disimpulkan bahwa :

1. Karakteristik pasien DM dari 36 responden, sebagian besar berada di usia >40 tahun sebanyak 35 responden (97,2%). Lebih dari setengah jenis kelamin responden adalah perempuan sebanyak 28 responden (77,8%). Tingkat pendidikan responden paling banyak adalah tamat SD/ sederajat sebanyak 24 responden (66,7%). Tingkat pekerjaan sebagian besar responden bekerja sebagai wiraswasta/ pedagang yaitu sebanyak 17 responden (47,2%).
2. Gambaran *self care* management pada responden DM berada pada tingkatan cukup yaitu sebanyak 30 responden (83,3%).
3. Hasil dari penelitian ini, gambaran *self care* management dengan responden 36 orang didapatkan berdasarkan kelompok usia yang memiliki *self care* management cukup di usia >40 tahun sebanyak 29 responden (80,6%), berdasarkan jenis kelamin yang memiliki *self care* management cukup sebanyak 24 responden (66,7%), berdasarkan pendidikan yang memiliki *self care* management cukup sebanyak 20 responden (55,6%) dan berdasarkan pekerjaan yang memiliki *self care* management cukup sebanyak 15 responden (41,7%).

## **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan maka peneliti ingin mengajukan beberapa saran dalam peningkatan *self care* management pada pasien diabetes melitus sebagai berikut :

### **1. Bagi Puskesmas**

Institusi kesehatan yang terdiri dari profesi keperawatan dan tenaga kesehatan lainnya diharapkan dapat memberikan motivasi, intervensi, maupun pendidikan kesehatan lebih lanjut terkait *self care* management pada pasien DM dalam meningkatkan status kesehatan dan kualitas hidup pasien. Selain itu diharapkan layanan kesehatan dapat meningkatkan informasi pasien DM tentang *self care* management dengan menggunakan komunikasi secara terapeutik.

### **2. Bagi Pasien dan Keluarga Pasien**

Pasien DM diharapkan dapat meningkatkan perilaku *self care* management yang cukup menjadi *self care* management yang baik dengan cara seperti menjaga dan mengatur pola makan, meningkatkan aktifitas latihan fisik (olahraga), melakukan perawatan kesehatan dan selalu memonitoring glukosa darah secara teratur. Bagi keluarga pasien, diharapkan penelitian ini dapat menjadi gambaran untuk terus memberikan motivasi kepada pasien DM supaya terus mengikuli pola hidup sehat. Selain itu , diharapkan keluarga pasien dapat memberikan perhatian dan menemani pasien DM dalam menjalani perilaku *self care* yang baik.

### **3. Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan informasi dan referensi dalam mengembangkan ilmu pengetahuan khususnya tentang gambaran *self care* management pada pasien DM.