

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Adapun simpulan yang dapat diambil dari penelitian ini yaitu :

1. *Self care* pasien diabetes mellitus tipe II di UPTD Puskesmas Kuta Utara Tahun 2022 sebagian besar baik sebanyak 63 orang (75,9%) dan paling sedikit nilai *self care* kurang sebanyak 20 orang (24,1%).
2. Gambaran self care responden DM berdasarkan jumlah skor total masing-masing ke lima komponen berada pada kategori baik dan kurang. Lebih dari separuh responden memiliki pola makan (diet) yang baik, banyak responden melakukan perawatan kaki sudah melakukan dengan baik, mayoritas responden memiliki perilaku minum obat diabetes baik, serta lebih banyak responden teratur melakukan monitoring gula darah dan pada latihan fisik cenderung pada hasil yang kurang.
3. Kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe II di UPTD Puskesmas Kuta Utara Tahun 2022 sebagian besar dengan nilai kualitas hidup baik paling banyak 38 orang (45,8%) , responden dengan nilai kualitas hidup cukup yaitu 32 orang (38,6%) dan responden paling sedikit dengan nilai kualitas hidup kurang sebanyak 13 orang (15,7%).
4. Gambaran kualitas responden DM berdasarkan jumlah skor total masing-masing ke lima komponen berada pada kategori baik dan cukup. Sebagian besar responden memiliki kondisi psikologi yang baik, kondisi lingkungan pasien mendapatkan hasil yang baik, pada hubungan sosial cenderung menunjukkan

hasil yang cukup dan pada komponen kesehatan fisik pasien sangat berbeda tipis keadaan kesehatan fisik yaitu baik dan kurang.

5. Ada hubungan antara self care dengan kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus tipe II dengan nilai  $p \text{ value} = 0,000 < \alpha 0,05$  dengan nilai coefficient kontigensi (CC) yaitu 0,513.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Pasien**

Penderita DM diharapkan dapat mempertahankan perilaku self care dan kualitas hidup yang baik, dan diharapkan dapat terus meningkatkan perilaku self care baik dengan cara seperti menjaga dan mengatur pola makan, olahraga dan melakukan aktivitas fisik yang teratur, tidak merokok, dan rajin melakukan perawatan kaki. Dengan selalu meningkatkan kualitas hidup pasien memperhatikan kondisi psikologis pasien, kesehatan dan kebugaran fisik pasien, bagaimana cara menjaga lingkungan serta hubungan yang baik antara pasien dan keluarga. Untuk selalu rutin melakukan pengobatan dan selalu untuk inget mengkonsumsi makanan, dan minum rendah gula serta tidak lupa untuk meningkatkan kualitas hidup dengan berkegiatan yang tidak memberatkan pasien.

### **2. Bagi Keluarga**

Bagi keluarga klien, diharapkan penelitian ini dapat menjadikan gambaran untuk terus memberikan motivasi kepada klien DM supaya terus mengikuli pola hidup yang sehat. Selain itu, diharapkan keluarga klien dapat memberi perhatian dan menemani klien DM dalam menjalani perilaku self care dan kualitas DM yang baik.

### 3. Bagi Puskesmas

Saran untuk Puskesmas dan tenaga kesehatan yang terdiri dari profesi keperawatan dan tenaga kesehatan lainnya diharapkan dapat memberikan motivasi, intervensi, maupun pendidikan kesehatan lebih lanjut terkait self care penderita DM dalam meningkatkan status kesehatan dan kualitas hidup pada pasien dan selalu membuat program terkait dengan diabetes mellitus dan selalu mengedukasi pasien serta keluarga yang berobat atau berkonsultasi terkait diabetes di puskesmas.