

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan *self-compassion* dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. *Self-compassion* pada pasien diabetes melitus tipe 2 dari 88 responden, diperoleh 48 orang (54,5%) memiliki *self-compassion* tinggi, 31 orang (35,2%) memiliki *self-compassion* sedang, dan 9 orang (10,2%) memiliki *self-compassion* rendah.
2. Kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 dari 88 responden, diperoleh 54 orang (61,4%) memiliki kualitas hidup baik, 27 orang (30,7%) memiliki kualitas hidup cukup, dan 7 orang (8,0%) memiliki kualitas hidup kurang.
3. Ada hubungan yang signifikan sebesar 0,000 ($p < 0,05$) antara *self-compassion* dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat. Diperoleh juga nilai koefisien korelasi (r) yaitu 0,618 maka dikatakan terdapat hubungan yang kuat dengan arah positif, yang artinya jika semakin tinggi *self-compassion* yang dimiliki maka kualitas hidup pasien juga semakin baik.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan keterbatasan pada penelitian ini, terdapat saran dari peneliti yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan, diantaranya:

1. Bagi perawat

Diharapkan untuk meningkatkan pemahaman tentang pentingnya *self-compassion* dalam penatalaksanaan pasien diabetes melitus tipe 2. Tenaga kesehatan perlu memberikan edukasi yang menekankan penerimaan diri, pengelolaan stres, dan penguatan sikap positif terhadap kondisi kronis yang dialami pasien. Selain itu, pendekatan berbasis *self-compassion* dapat dimasukkan dalam program edukasi kesehatan, konseling, serta intervensi keperawatan untuk meningkatkan ketahanan emosional pasien, memperbaiki perilaku perawatan diri, dan secara keseluruhan mendukung peningkatan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2.

2. Bagi kepala puskesmas

Kepala puskesmas dapat memonitoring secara rutin melakukan penyuluhan edukasi kepada pasien diabetes melitus tipe 2 tentang pentingnya menerima kondisi diri dan tetap berpikir positif melalui peningkatan *self-compassion*. Kepala puskesmas juga dapat membentuk kelompok dukungan (*support group*) bagi pasien, serta mengoptimalkan posbindu agar mereka bisa saling berbagi pengalaman dan saling memberi semangat.