

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Merujuk pada temuan penelitian ini mengenai Hubungan *Self-Management*, Aktivitas Fisik, Dan Kepatuhan Diet Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Diketahui Terdapat hubungan *Self-Management* dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu dengan hasil nilai $p\text{-value} = 0,042 (<0,05)$.
2. Diketahui Terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu dengan hasil nilai $p\text{-value} = 0,014 (<0,05)$.
3. Diketahui terdapat hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu dengan hasil nilai $p\text{-value} = 0,001 (<0,05)$.
4. Diketahui Karakteristik Usia Responden pada pasien DM Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu menunjukkan sebagian besar berada pada usia 30-59 tahun dengan jumlah 32 responden (55,2%).
5. Diketahui Karakteristik Jenis Kelamin Responden pada pasien DM Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu mayoritas Perempuan 38 responden (65,5%).

B. Saran

1. Bagi Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukan dalam merencanakan dan meningkatkan program promotif serta preventif melalui edukasi, konseling, dan pemantauan secara berkala mengenai *Self-Management*, aktivitas fisik, dan kepatuhan diet pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 sehingga kadar gula darah pasien dapat lebih terkontrol.

2. Bagi Pasien Diabetes Melitus Tipe 2

Diharapkan pasien dapat meningkatkan kesadaran dan komitmen dalam mengelola penyakitnya melalui penerapan *Self-Management* yang baik, aktivitas fisik yang teratur sesuai kemampuan, serta kepatuhan terhadap pengaturan diet sehingga kadar gula darah tetap terkontrol dan risiko komplikasi dapat diminimalkan.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi ilmiah dan bahan pembelajaran bagi mahasiswa maupun dosen dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan pengendalian kadar gula darah pada pasien DM Tipe 2.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian selanjutnya menggunakan desain longitudinal dengan jumlah responden yang lebih besar serta menambahkan variabel lain, seperti kepatuhan minum obat, lama menderita diabetes, indeks massa tubuh, dan dukungan keluarga, sehingga diperoleh hasil yang lebih komprehensif.