

## **BAB V**

### **PENUTUP**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, maka penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut

#### **A. Kesimpulan**

1. Populasi pada penelitian ini adalah penderita Diabetes yang berobat di Puskesmas Ngadirejo sebanyak 142 pasien.
2. Gambaran Pola diet Diabetes pada responden Diabetes di Puskesmas Ngadirejo hasil sebagian besar responden (97,2%) tidak melakukan pola Diet diabetes yang teratur sesuai dengan jadwal, jumlah dan jenis makanan yang dianjurkan.
3. Gambaran Tentang Olahraga pada responden Diabetes Di Puskesmas Ngadirejo didapatkan hasil sebagian besar responden (78,9%) tidak melakukan olahraga yang teratur
4. Gambaran perawatan kaki pada responden diabetes di Puskesmas Ngadirejo didapatkan hasil sebagian besar responden tidak melakukan perawatan kaki seperti yang dianjurkan yaitu sebesar 74,7% responden.
5. Gambaran penggunaan obat farmakologi pada responden diabetes di Puskesmas Ngadirejo didapatkan hasil sebagian besar responden tidak menggunakan obat farmakologi sesuai dengan yang dianjurkan yaitu sebesar 73,3% responden.
6. Gambaran Monitoring Gula Darah pada responden diabetes di Puskesmas Ngadirejo didapatkan hasil sebagian besar responden tidak melakukan monitoring gula darah seperti yang dianjurkan yaitu sebesar 95,8% responden.
7. Pelaksanaan *Self Care Manegement* Diabetes di Puskesmas Ngadirejo Temanggung masih

jauh dari harapan yaitu 100% responden belum melaksanakan keseluruhan 5 Pilar *Self Care Management* Diabetes.

## **B. Saran**

### 1. Bagi Penderita Diabetes

Diharapkan pada Penderita Diabetes dapat mengubah gaya hidup dan dapat melakukan Management diri secara Efektif

### 2. Bagi institusi pendidikan

Diharapkan dalam institusi pendidikan dapat mendukung dan memfasilitasi penerapan self care Management pada penderita diabetes

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan metode dan analisa data yang berbeda untuk mengetahui Gambaran Pelaksaaan Self care Daiabetes management