

BAB V

PENUTUP

Hasil dan pembahasan penelitian sudah diulas dan dijabarkan di bab sebelumnya, untuk itu pada bab ini peneliti menyimpulkan hasil penelitian yang sudah dilakukan sebagai berikut

A. Kesimpulan

1. Gambaran manajemen glukosa pada pasien diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Salaman sebagian besar dalam kategori baik sebanyak 54 responden (94,7%)
2. Gambaran pengaturan pola makan pada pasien diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Salaman sebagian besar dalam kategori cukup sebanyak 29 responden (50,9%)
3. Gambaran aktivitas fisik pada pasien diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Salaman sebagian besar dalam kategori kurang sebanyak 27 responden (47,4%)
4. Gambaran perawatan kesehatan pada pasien diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Salaman sebagian besar dalam kategori cukup sebanyak 32 responden (56,1%)
5. Gambaran Manajemen Diri pada pasien diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Salaman sebagian besar dalam kategori baik sebanyak 41 responden (71,9%)

B. Saran

1. Bagi penderita diabetes mellitus

Diharapkan responden dapat melaksanakan *manajemen diri* dengan lebih baik pada aktifitas fisik dimana dapat dilakukan 3x dalam seminggu dengan jarak Latihan tidak lebih dari 2 hari berturut-turut, durasi yang digunakan minimal 150 menit perminggu dengan intensitas sedang.

2. Bagi Puskesmas

Diharapkan pihak puskesmas dapat memberikan dukungan dan motivasi untuk melakukan *manajemen diri* lebih baik khususnya pada aspek aktivitas fisik

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti mengenai *self managemen* pasien DM dengan kriteria khusus seperti yang mempunyai ulkus diabetic dan dapat meneliti tentang factor yang mempengaruhi dari *self managemen* pasien DM