

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang sejumlah 41 responden (51,2%).
2. Sebagian besar responden memiliki kualitas hidup sedang sejumlah 37 responden (46,3%).
3. Terdapat hubungan antara kecemasan dan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe II (nilai $p: 0,000 < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi Universitas

Universitas diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai sumber referensi dalam pengembangan kurikulum yang terkait dengan manajemen penyakit kronis, kesehatan mental, dan kualitas hidup pasien. Selain itu, universitas dapat menjadikannya dasar untuk program pengabdian masyarakat, khususnya kegiatan edukasi kesehatan bagi pasien diabetes melitus tipe II tentang manajemen kecemasan dan peningkatan kualitas hidup. Upaya ini juga dapat memperkuat kerja sama antara universitas dan layanan kesehatan setempat dalam mengembangkan intervensi berbasis komunitas yang komprehensif.

2. Bagi Responden (Pasien Diabetes Melitus Tipe II)

Responden disarankan untuk lebih aktif mengelola kecemasan melalui berbagai strategi, seperti mengikuti edukasi kesehatan, bergabung dengan kelompok pendukung pasien diabetes, dan mempraktikkan teknik relaksasi yang sesuai. Pasien juga perlu melakukan pemeriksaan rutin untuk memantau kondisi kesehatan dan kontrol glikemik, serta berdiskusi dengan tenaga kesehatan bila mengalami gejala kecemasan yang mengganggu kualitas hidup. Dukungan keluarga dan lingkungan sekitar perlu dimanfaatkan secara optimal untuk membantu pasien mempertahankan kesejahteraan fisik dan psikologis.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Peneliti berikutnya disarankan untuk menggunakan desain longitudinal atau kohort agar dapat menjelaskan hubungan sebab-akibat antara tingkat kecemasan dan

kualitas hidup. Variabel tambahan seperti kontrol glikemik, durasi penyakit, status sosial ekonomi, dukungan sosial, dan adanya komplikasi diabetes sebaiknya dimasukkan agar analisis lebih komprehensif. Penelitian dengan jumlah sampel lebih besar dan lokasi yang lebih beragam juga diperlukan agar hasilnya dapat digeneralisasikan. Selain itu, evaluasi intervensi psikososial untuk mengurangi kecemasan pasien dan dampaknya terhadap kualitas hidup perlu dilakukan untuk mendapatkan rekomendasi praktik yang lebih tepat.