BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai perawatan diri pasien Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 yang mengikuti Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) di Puskesmas Lerep Kabupaten Semarang, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Lerep Kabupaten Semarang menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia lanjut, berjenis kelamin perempuan, memiliki tingkat pendidikan dasar, dan telah menderita Diabetes Melitus dalam jangka waktu yang relatif lama. Kondisi tersebut menggambarkan bahwa pasien DM di Puskesmas Lerep didominasi oleh kelompok usia dengan risiko tinggi terhadap penyakit kronis dan memerlukan pendampingan dalam pengelolaan perawatan diri.
2. Gambaran perawatan diri pasien Diabetes Melitus yang mengikuti Prolanis di Puskesmas Lerep Kabupaten Semarang secara umum berada pada kategori cukup hingga baik. Perawatan diri dengan kategori baik terutama terlihat pada aspek kepatuhan dalam mengonsumsi obat, melakukan kontrol kesehatan secara rutin, serta mematuhi anjuran tenaga kesehatan. Namun demikian, perawatan diri dengan kategori cukup masih ditemukan pada aspek pengaturan pola makan, pelaksanaan aktivitas fisik secara teratur, dan pemantauan kadar glukosa darah secara mandiri. (SCI-R)

Dengan demikian, telah tercapai, yaitu diperolehnya gambaran karakteristik pasien Diabetes Melitus serta gambaran perawatan diri pasien Diabetes Melitus yang mengikuti Prolanis di Puskesmas Lerep Kabupaten Semarang. Meskipun perawatan diri pasien telah

tergolong cukup hingga baik, peningkatan edukasi kesehatan dan pendampingan berkelanjutan tetap diperlukan untuk mengoptimalkan pelaksanaan perawatan diri secara menyeluruh.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan di atas, penulis memberikan saran yang bertujuan untuk kebaikan dan meningkatkan kepatuhan pasien Diabetes Melitus(DM), sebagai berikut :

1. Bagi pasien Diabetes Melitus diharapkan dapat meningkatkan konsistensi dalam melaksanakan perawatan diri secara mandiri, meliputi kepatuhan terhadap pengaturan pola makan sesuai diet Diabetes Melitus, pelaksanaan aktivitas fisik secara teratur, kepatuhan dalam mengonsumsi obat, serta pemantauan kadar glukosa darah secara berkala guna mencegah terjadinya komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup.
2. Bagi tenaga kesehatan diharapkan dapat memperkuat peran sebagai edukator dan fasilitator melalui pemberian edukasi kesehatan yang berkesinambungan, konseling individual, serta pemantauan berkala terkait perawatan diri pasien Diabetes Melitus. Edukasi perlu disesuaikan dengan karakteristik pasien, khususnya usia dan tingkat pendidikan, agar informasi dapat dipahami dan diterapkan secara efektif.
3. Bagi Puskesmas diharapkan dapat mengembangkan dan mengoptimalkan program edukasi Diabetes Melitus, seperti kegiatan Prolanis, Posyandu, dan kelas edukasi kesehatan, sebagai upaya meningkatkan kepatuhan perawatan diri pasien serta menurunkan risiko komplikasi jangka panjang.