

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa responden dalam penelitian ini berjumlah 52 penderita diabetes melitus yang mengikuti program prolanis dengan rata-rata berusia 61,94 tahun dan berjenis kelamin perempuan (76,9%). Responden terbanyak berpendidikan terakhir SD (40,4%) dan mandiri dalam membayar asuransi kesehatan (63,5%). Mayoritas responden menderita ≥ 5 tahun (55,8%) dengan komplikasi (71,2%) dan kadar HbA1C pada 6 bulan terakhir $\geq 7\%$ (65,4%). Secara umum, penderita diabetes melitus memiliki tingkat stres yang sedang (50,0%). Berdasarkan domain distress yang dialami, stres yang dialami pada domain beban emosional berada di tingkat sedang (51,9%), sedangkan untuk domain distress dokter, distress regimens, dan distress interpersonal berada di tingkat ringan. Berdasarkan karakteristik responden, stres di tingkat sedang berada di usia ≥ 60 tahun (40,38%), jenis kelamin perempuan (40,38%), berpendidikan terakhir SD (21,15%), dan menderita ≥ 5 tahun (36,54%). Stres dengan tingkat tinggi lebih dominan dengan penderita yang memiliki komplikasi (3,85%), kadar HbA1C $\geq 7\%$ (3,85%), dan mandiri dalam membayarkan asuransi kesehatan (3,85%).

B. Saran

Saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian ditujukan kepada penderita diabetes melitus, layanan kesehatan komunitas, dan penelitian selanjutnya.

1. Bagi penderita diabetes melitus

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai pengetahuan akan stres yang dialami penderita diabetes melitus. Sangat penting bagi penderita diabetes melitus untuk mengetahui sumber stres yang dialami dan coping yang dapat dilakukan untuk mencegah tingginya stres yang mungkin terjadi. Selain itu, dukungan dari pihak keluarga juga penting bagi penderita diabetes melitus, baik terhadap kondisi penyakit yang diderita maupun stres yang dialami.

2. Bagi layanan kesehatan komunitas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres yang dialami penderita diabetes melitus mayoritas berada di tingkat sedang. Meskipun begitu, masih ada beberapa penderita yang mengalami stres tingkat tinggi. Sehingga, hasil dari penelitian ini harapannya dapat dijadikan data dasar bagi layanan kesehatan, dalam memberikan pelayanan komunitas terkait stres yang dialami penderita diabetes melitus. Contoh penerapan yang bisa dilakukan yaitu pengadaan program baru berupa Terapi Aktivitas Kelompok (TAK). Kelompok kecil ini terdiri dari anggota prolanis yang didalamnya terdapat berbagai aktivitas untuk saling berdiskusi terkait stres yang dialami dan pengelolaan-pengelolaan stres yang bisa dilakukan untuk manajemen stres penderita diabetes melitus.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Peneliti berharap dengan adanya penelitian tentang gambaran tingkat stres yang dialami penderita diabetes melitus di prolanis dapat menjadi bahan rujukan dengan topik stres pada penderita diabetes melitus. Penelitian dapat dilakukan untuk mengetahui hubungan dari karakteristik responden dengan stres yang dialami atau mencari faktor manakah dari karakteristik responden yang paling dominan berpengaruh terhadap stres yang dialami penderita diabetes melitus.