

## BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

1. Tidak ditemukan adanya hubungan antara perilaku *self management* dengan fungsi kognitif pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 di Kecamatan Sumbang.
2. Pasien diabetes melitus tipe 2 di Kecamatan Sumbang memiliki tingkat perilaku *self management* yang tergolong kurang, yaitu sebesar 58,2%. Kesulitan utama yang dialami pasien meliputi menjalankan pola hidup sehat (60%) dan monitoring kadar gula darah (50,9%).
3. Pasien diabetes melitus tipe 2 di Kecamatan Sumbang memiliki fungsi kognitif yang terganggu sebesar 63,6%, yang mencakup atensi (30,9%), memori (27,3%), *delay recall* (45,5%) dan fungsi eksekutif (34,5%).
4. Penelitian ini menemukan bahwa penderita diabetes melitus tipe 2 di Kecamatan Sumbang menghadapi berbagai tantangan dalam mengelola penyakit, seperti kesulitan mengakses puskesmas, kurangnya edukasi, keterbatasan alat pemantau gula darah, serta tekanan sosial dan finansial.

### B. Saran

1. Untuk meningkatkan generalisasi hasil, penelitian selanjutnya sebaiknya melibatkan sampel yang lebih besar dan dari berbagai wilayah dengan karakteristik populasi yang beragam.
2. Penelitian di masa depan disarankan melakukan penelitian dengan desain longitudinal untuk mengevaluasi dampak *self-management* dan perubahan fungsi kognitif dalam jangka panjang.

3. Penggunaan instrumen yang lebih komprehensif, seperti tes neuropsikologis, dapat memberikan gambaran yang lebih akurat mengenai fungsi kognitif pasien.
4. Meningkatkan aksesibilitas puskesmas di daerah terpencil dengan menyediakan mobil klinik atau kunjungan rumah oleh petugas kesehatan. Ini akan mempermudah pasien untuk mendapatkan layanan pemeriksaan rutin tanpa harus menempuh jarak jauh.
5. Pelatihan kader kesehatan untuk lebih proaktif dalam memberikan dukungan kepada pasien, termasuk membantu pasien membuat jadwal pemeriksaan rutin, memberikan informasi tentang pentingnya olahraga, serta mengingatkan pasien tentang pola makan sehat.
6. Pendampingan psikologis atau konseling untuk mengatasi stigma sosial dan tekanan psikologis yang mungkin dihadapi oleh pasien, sehingga pasien dapat lebih mudah menerima kondisi mereka dan lebih termotivasi untuk merawat diri.

