

## BAB 5

### SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini disajikan simpulan dari hasil penelitian yang untuk menjawab rumusan masalah serta saran yang sesuai dengan simpulan yang diambil.

#### 5.1 Simpulan

5.1.1 Hampir seluruh responden mempunyai perencanaan perubahan perilaku pengendalian kadar gula darah yang kurang baik pada saat *pre test* di RS Citra Medika Sidoarjo sebanyak 12 responden (80,0%). Hal ini dilatarbelakangi oleh umur yang matang namun kurangnya pengelolaan informasi akibat keterbatasan waktu untuk bekerja.

5.1.2 Sebagian besar responden mempunyai perencanaan perubahan perilaku pengendalian kadar gula darah yang cukup baik pada saat *post test* di RS Citra Medika Sidoarjo sebanyak 8 responden (53,3%). Hal ini dilatarbelakangi oleh pendidikan menengah sehingga lebih mudah menyerap informasi yang didapatkan selama konseling, ditambah informasi yang mudah didapatkan dari media massa yang berkaitan dengan pengendalian kadar gula darah.

5.1.3 Ada pengaruh konseling 4 pilar pengelolaan diabetes mellitus terhadap perencanaan perubahan perilaku pengendalian kadar gula darah pasien diabetes mellitus di RS Citra Medika Sidoarjo. Konseling dilakukan oleh konselor yang memiliki latar belakang keilmuan yang tepat, proses konseling yang sistematis, adanya diskusi yang mampu memberikan solusi bagi responden, serta informasi yang mudah dipahami responden.

#### 5.2 Saran

##### 5.2.1 Bagi penderita diabetes mellitus

Penderita diabetes mellitus diharapkan meningkatkan pemahaman tentang pentingnya pengendalian kadar gula darah guna meningkatkan dan memelihara taraf kesehatan dirinya melalui berbagai sumber informasi, terutama petugas kesehatan setempat seperti perawat, merencanakan pola makan yang sesuai dengan kondisi penyakitnya, lebih aktif mengikuti kegiatan aktifitas fisik seperti olahraga yang diadakan di desa setempat, rutin minum obat diabetes mellitus yang telah diberikan dokter, sehingga peningkatan pemahaman dapat mendorong penderita untuk merencanakan perubahan perilaku penanganan diabetes mellitus dengan lebih baik.

### **5.2.2 Bagi petugas kesehatan**

Diharapkan tenaga kesehatan setempat dapat melaksanakan program penyuluhan pengendalian kadar gula darah melalui berbagai kegiatan yang ada di wilayah setempat seperti pengadaan senam bersama, kontrol kadar gula darah secara rutin, membagikan atau konseling leaflet tentang pengendalian kadar gula darah. Institusi kesehatan juga dapat mencanangkan program penyuluhan bagi keluarga pasien diabetes dengan tujuan untuk meningkatkan dukungan keluarga dalam pengendalian kadar gula darah.

### **5.2.2 Bagi peneliti selanjutnya**

Hasil penelitian ini digunakan sebagai referensi data dalam melaksanakan penelitian selanjutnya yang mengkaji faktor-faktor yang mempengaruhi pengendalian kadar gula darah.