

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di UPTD Puskesmas Bangsal, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara *Diabetes Burnout Syndrome* dengan tingkat *Self-Management* pada penderita Diabetes Melitus. Hasil analisis *Spearman Rho* menghasilkan nilai signifikansi (*p-value*) sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan koefisien korelasi (*r*) sebesar -0,910, yang mengindikasikan adanya hubungan berarah negatif dengan tingkat kekuatan yang sangat kuat. Dengan demikian, keputusan pengujian hipotesis menetapkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti semakin tinggi kemampuan *Self-Management* yang dimiliki pasien, maka semakin rendah tingkat *Diabetes Burnout Syndrome* yang dialaminya.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Responden

Penderita Diabetes Melitus diharapkan mampu mempertahankan serta meningkatkan perilaku *Self-Management* secara konsisten, yang diwujudkan melalui kepatuhan terhadap manajemen nutrisi, pelaksanaan aktivitas fisik teratur, ketaatan medikasi, pemantauan kadar gula darah secara berkala, dan kunjungan kontrol rutin ke fasilitas pelayanan kesehatan. Selain itu, pasien juga diharapkan mampu mengenali tanda-tanda kelelahan emosional atau kejenuhan dalam menjalani pengelolaan diabetes sehingga dapat segera mencari dukungan dari keluarga maupun tenaga kesehatan.

5.2.2 Bagi Perawat di UPTD Puskesmas Bangsal

Perawat diharapkan dapat terus meningkatkan edukasi kesehatan, konseling, dan pendampingan kepada pasien Diabetes Mellitus mengenai pentingnya *Self-Management* dalam pengendalian penyakit. Selain itu, perawat perlu melakukan skrining sederhana terhadap kondisi psikologis pasien, termasuk gejala *Diabetes Burnout Syndrome*, sehingga pasien yang mengalami kejenuhan atau kelelahan emosional dapat memperoleh intervensi dan dukungan yang tepat untuk mempertahankan kepatuhan dalam pengelolaan diabetes.

5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah serta menjadi referensi akademis tambahan bagi institusi pendidikan dalam memperdalam kajian Keperawatan Medikal Bedah, khususnya terkait dinamika faktor psikologis dan *Self-Management* penderita Diabetes Melitus. Di samping itu, temuan ini dapat difungsikan sebagai materi pembelajaran mahasiswa untuk memahami pentingnya penerapan pendekatan biopsikososial dalam manajemen penyakit kronis.

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti berikutnya, direkomendasikan untuk memperluas cakupan wilayah studi serta menambah ukuran sampel guna meningkatkan generalisasi dan daya representatif temuan penelitian. Di samping itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji variabel determinan lain yang berpotensi memengaruhi *Self-Management* penderita Diabetes Melitus, seperti dukungan keluarga, literasi kesehatan, *diabetes distress*, efikasi diri, motivasi internal, status kontrol glikemik (HbA1c), serta dukungan lingkungan sosial. Penggunaan desain penelitian *longitudinal* atau *mixed methods* juga disaan agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai perubahan *Diabetes Burnout Syndrome* dan *Self-Management* dari waktu ke waktu.