

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti pada tanggal 14 Agustus 2026 di UPTD Puskesmas Bangsal Kabupaten Mojokerto terhadap 70 responden. Dari hasil tersebut dapat dijabarkan kesimpulan dan saran dari hasil penelitian sebagai berikut.

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Gambaran *Self-Care* pada Pasien Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Bangsal Kabupaten Mojokerto, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pasien Diabetes Melitus memiliki tingkat *Self-Care* dalam kategori kurang. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pelaksanaan *Self-Care* pasien dalam pengelolaan Diabetes Melitus masih memerlukan peningkatan secara berkelanjutan, terutama dalam pengaturan pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan pengobatan, pemantauan kesehatan, dan perawatan kaki. Oleh karena itu, diperlukan penguatan edukasi dan pendampingan oleh tenaga kesehatan agar pasien mampu menerapkan perilaku *Self-Care* secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Pasien Diabetes Melitus

Pasien diabetes melitus diharapkan dapat meningkatkan keterlibatan secara aktif dalam melakukan *self-care* secara konsisten, terutama dalam menjaga pola makan, melakukan aktivitas fisik sesuai kondisi kesehatan, mengikuti anjuran pengobatan, melakukan pemantauan kesehatan, serta

melakukan perawatan kaki. Pasien juga diharapkan memanfaatkan kegiatan Prolanis sebagai sarana untuk memperoleh informasi dan berkonsultasi dengan tenaga kesehatan mengenai pengelolaan diabetes melitus.

5.2.2 Bagi UPTD Puskesmas Bangsal

UPTD Puskesmas Bangsal diharapkan dapat meningkatkan kegiatan edukasi dan pendampingan *self-care* bagi pasien diabetes melitus melalui kegiatan Prolanis secara berkesinambungan. Edukasi dapat difokuskan pada aspek perawatan diri yang masih kurang, meliputi pengaturan pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan pengobatan, pemantauan kondisi kesehatan, dan perawatan kaki. Selain edukasi, tenaga kesehatan dapat melakukan pemantauan secara berkala untuk mengetahui perkembangan kemampuan *self-care* pasien dan memberikan penguatan sesuai kebutuhan masing-masing pasien.

5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan bahan pembelajaran bagi mahasiswa keperawatan mengenai pentingnya *self-care* dalam pengelolaan pasien diabetes melitus. Hasil penelitian juga dapat digunakan sebagai referensi dalam pengembangan materi pembelajaran mengenai keperawatan komunitas dan pengelolaan penyakit kronis.

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian mengenai *self-care* pada pasien diabetes melitus dengan melibatkan jumlah responden yang lebih besar serta karakteristik responden yang lebih beragam. Penelitian selanjutnya juga dapat menggunakan desain analitik untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat *self-care*, seperti pengetahuan, *self-efficacy*, dukungan keluarga, lama menderita diabetes melitus, pendidikan, maupun akses terhadap pelayanan kesehatan.

