

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Faktor pendukung pengelolaan diabetes meliputi kemampuan *self-management*, dukungan keluarga yang konsisten, dan peran tenaga kesehatan sebagai sumber edukasi serta motivator. Ketiga faktor ini berperan penting dalam membentuk persepsi dan mempengaruhi sikap pasien.
2. Faktor penghambat utama dalam pengelolaan diabetes antara kurangnya dukungan keluarga berupa keterbatasan transportasi untuk kontrol, serta faktor internal seperti lupa minum obat dan rendahnya motivasi pribadi.
3. Persepsi pasien DM tipe 2 terhadap informasi remisi diabetes menunjukkan keberagaman, mulai dari yang optimis, penuh harapan, hingga yang pesimis dan belum memahami sepenuhnya konsep remisi. Sebagian besar pasien menyambut informasi remisi dengan harapan dapat hidup sehat tanpa ketergantungan obat, sementara sebagian lainnya masih menunjukkan keraguan atau belum tertarik karena merasa remisi sulit dicapai.
4. Sikap pasien terhadap informasi remisi cenderung positif, ditandai dengan keinginan untuk menjaga kadar gula tetap stabil dan harapan untuk hidup normal tanpa obat. Namun, sikap tersebut belum selalu diikuti dengan perubahan perilaku konkret karena terbatasnya pemahaman, motivasi, atau dukungan.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Pasien DM tipe 2:
Diharapkan dapat mempertahankan dan meningkatkan manajemen diri dalam penatalaksanaan DM tipe 2 ini serta pemahaman mengenai konsep remisi melalui sumber informasi yang valid serta memperkuat motivasi diri dalam menjalankan perubahan gaya hidup, seperti pengaturan pola makan, aktivitas fisik, dan pengobatan teratur.

2. Bagi Keluarga Pasien:

Keluarga pasien disarankan untuk berperan aktif dalam mendukung proses remisi diabetes dengan memberikan motivasi, membantu pengaturan pola makan sehat, serta mendorong pasien untuk rutin berolahraga dan mematuhi pengobatan yang direkomendasikan tenaga kesehatan. Dukungan emosional dan keterlibatan dalam setiap langkah pengelolaan diabetes dapat meningkatkan kepercayaan diri pasien, mengurangi stres, dan memperkuat komitmen mereka terhadap perubahan gaya hidup yang dibutuhkan untuk mencapai dan mempertahankan remisi.

3. Bagi Tenaga Kesehatan:

Tenaga kesehatan disarankan untuk meningkatkan edukasi terkait konsep dan manfaat remisi diabetes kepada pasien, dengan bahasa yang sederhana dan contoh nyata agar lebih mudah dipahami. Selain itu, tenaga kesehatan perlu memberikan pendampingan yang berkelanjutan melalui monitoring rutin, motivasi, dan dukungan emosional, khususnya bagi pasien dengan sikap negatif atau belum tertarik. Edukasi sebaiknya mencakup strategi perubahan gaya hidup, pengelolaan diet, dan aktivitas fisik, disertai penekanan pada kemungkinan keberhasilan remisi sehingga dapat meningkatkan optimisme dan keterlibatan aktif pasien dalam pengelolaan diabetes jangka panjang.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya:

Peneliti selanjutnya disarankan menggunakan asisten atau membentuk tim untuk melakukan analisa data sehingga data yang dihasilkan lebih lengkap dan detail juga melakukan *member checking* supaya data memang benar-benar seperti yang diungkapkan partisipan. Selain itu, penting juga untuk menggunakan triangulasi teknik dan pengamatan longitudinal dapat dipertimbangkan untuk melihat perubahan persepsi dan sikap pasien terhadap remisi diabetes dari waktu ke waktu.