

BAB 5. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Kesimpulan yang didapatkan berdasarkan hasil dan pembahasan dari penelitian yang berjudul hubungan ketakutan terhadap hipoglikemia dengan *diabetes distress* pada pasien DM tipe 2 di RSD dr. Soebandi Jember, sebagai berikut:

- a. Karakteristik responden menunjukkan bahwa mayoritas pasien diabetes melitus tipe 2 berada pada kelompok usia lanjut, dengan kadar gula darah yang masih berada di atas nilai normal dan memiliki pengalaman mengalami hipoglikemia. Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan, berpendidikan dasar, tidak bekerja, telah menderita diabetes melitus dalam waktu relatif singkat, tidak memiliki riwayat keluarga dengan diabetes melitus, menggunakan terapi obat oral, serta belum memiliki alat ukur glukosa darah secara mandiri. Karakteristik tersebut menggambarkan bahwa sebagian besar pasien masih berada pada fase awal pengelolaan penyakit dengan keterbatasan dalam pemantauan glukosa darah secara mandiri, namun tetap menjalani terapi rutin sesuai anjuran tenaga kesehatan.
- b. Sebagian besar pasien diabetes melitus tipe 2 tidak mengalami ketakutan terhadap hipoglikemia dibuktikan pada tabel hasil. Pada seluruh indikator, yaitu ketakutan, perilaku penghindaran, dan gangguan aktivitas, responden menunjukkan kemampuan beradaptasi yang baik terhadap hipoglikemia. Meskipun sebagian pasien masih memiliki kekhawatiran terhadap kemungkinan terjadinya hipoglikemia, kondisi tersebut belum berkembang menjadi perilaku penghindaran maupun gangguan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien mampu mengelola risiko hipoglikemia serta mempertahankan aktivitas dan pengelolaan diabetes secara baik.
- c. Sebagian besar pasien diabetes melitus tipe 2 mengalami *diabetes distress* pada tingkat rendah atau hanya sedikit tekanan psikologis. Seluruh indikator menunjukkan bahwa beban emosional, tekanan terkait regimen pengobatan,

tekanan interpersonal, dan tekanan yang berkaitan dengan tenaga kesehatan masih berada pada kategori ringan. Meskipun beban emosional merupakan aspek yang paling banyak dirasakan, kondisi tersebut belum berkembang menjadi *diabetes distress* yang bermakna. Selain itu, responden umumnya mampu menjalankan regimen pengobatan, memperoleh dukungan dari lingkungan sekitar, serta menjalin hubungan yang baik dengan tenaga kesehatan, sehingga tekanan psikologis dalam pengelolaan diabetes tetap dapat dikendalikan.

- d. Terdapat hubungan antara ketakutan terhadap hipoglikemia dengan *diabetes distress* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di RSD dr. Soebandi Jember dengan kekuatan hubungan kuat dan korelasi bersifat positif.

5.2 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu faktor yang menjadi perancu pada kedua variabel tidak dikendalikan. Keterbatasan penelitian yang kedua terkait sampel yang digunakan pada penelitian ini hanya pada satu rumah sakit saja. Dan pada keterbatasan yang ketiga yaitu peneliti mengetahui kadar gula darah pasien saat hipoglikemia disampaikan secara lisan tanpa mengetahui melalui data.

5.3 Saran

Saran peneliti dari penelitian yang telah dilakukan:

- a. Bagi peneliti

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat meneliti tingkat ketakutan terhadap hipoglikemia dan *diabetes distress* juga pada pasien di ruang rawat inap, serta menggunakan beberapa rumah sakit agar hasil penelitian lebih representatif dan dapat menggambarkan kondisi sampel yang lebih luas.

- b. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan informasi dan dapat menambahkan pustaka yang ada sehingga memberikan inspirasi bagi

pembaca dalam memunculkan ide baru yang berhubungan dengan masalah hipoglikemia.

c. Bagi institusi pelayanan kesehatan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi petugas kesehatan terutama perawat dalam mengkaji perawatan mandiri pasien terutama pasien hipoglikemia sehingga perawat dapat mengidentifikasi tingkat ketakutannya dan dapat memberikan arahan yang tepat tentang bagaimana *diabetes distress* dapat terkontrol dengan baik.

d. Bagi masyarakat/penyandang DM

Hasil penelitian yang dilakukan diharapkan pasien DM dapat mengenali gejala dari DM dan dapat mengontrol *diabetes distress* nya dengan baik guna mencegah terjadinya komplikasi dari diabetes.