

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian Pengelolaan Diabetes Melitus Lansia Secara Mandiri pada Masa Pandemi Covid-19 di Wilayah Kerja Puskesmas Pundong Tahun 2021 dapat disimpulkan bahwa :

1. Pengelolaan Diabetes Melitus Lansia Secara Mandiri berdasarkan karakteristik responden pada Masa Pandemi Covid-19 di Wilayah Kerja Puskesmas Pundong mayoritas berjenis kelamin perempuan; usia responden berada pada rentang usia 60 tahun sampai 65 tahun; pendidikan terakhir responden yaitu tamatan SD; mayoritas responden tidak bekerja; status tinggal dengan keluarga; lamanya menderita DM yaitu 1-5 tahun; mayoritas tidak mengalami komplikasi dan tidak merokok.
2. Pengaturan pola makan (diet) lansia diabetes di wilayah kerja Puskesmas Pundong mayoritas berada pada kategori baik dengan kesadaran menerapkan diet dan membatasi asupan makanan manis.
3. Latihan fisik (olahraga) lansia diabetes di wilayah kerja Puskesmas Pundong mayoritas berada pada kategori baik dengan selalu melakukan aktivitas fisik dan latihan ringan seperti senam.
4. Perawatan kaki lansia diabetes di wilayah kerja Puskesmas Pundong mayoritas berada pada kategori cukup dengan mengecek keadaan kaki, membersihkan kaki dan memakai alas kaki saat keluar rumah.

5. Pengelolaan diabetes melitus lansia secara mandiri dalam minum obat diabetes di wilayah kerja Puskesmas Pundong mayoritas berada pada kategori cukup dengan adanya kesadaran rutin minum obat diabetes dan suntik insulin.
6. Monitoring gula darah lansia diabetes di wilayah kerja Puskesmas Pundong mayoritas berada pada kategori cukup dengan memeriksakan kadar gula darahnya secara rutin tanpa arahan dan pendampingan dari keluarganya.
7. Kepatuhan menerapkan protokol kesehatan lansia diabetes di wilayah kerja Puskesmas Pundong mayoritas berada pada kategori baik dengan selalu mencuci tangan, memakai masker dan mendesinfeksi rumah.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran yang dikemukakan, yaitu :

1. Bagi pasien dan keluarga pasien

Penderita DM diharapkan dapat mempertahankan perilaku pengelolaan diri yang baik dan diharapkan dapat terus meningkatkan perilaku pengelolaan diri dengan cara seperti menjaga dan mengatur pola makan, olahraga dan melakukan aktivitas fisik yang teratur, tidak merokok, dan rajin melakukan perawatan kaki. Bagi keluarga klien, diharapkan penelitian ini dapat menjadikan gambaran untuk terus memberikan motivasi kepada klien DM supaya terus mengikuli pola

hidup yang sehat. Selain itu, diharapkan keluarga klien dapat memberi perhatian dan memantau klien DM dalam melakukan pengelolaan diri diabetes.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan informasi dan referensi dalam mengembangkan ilmu pengetahuan khususnya tentang pengelolaan diabetes melitus secara mandiri.

3. Bagi Puskesmas

Diharapkan program kesehatan PROLANIS yang sudah ada di puskesmas dikembangkan dengan mengadakan pelayanan secara online supaya pelayanan tetap dapat berjalan dengan baik di masa pandemi covid-19.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya disarankan dapat melakukan penelitian untuk mencari tahu faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan perilaku klien dalam pengelolaan secara mandiri diabetes melitus dan lebih baik lagi jika pengukuran perilaku menggunakan kuesioner diimbangi dengan metode wawancara dan metode observasi supaya hasil yang didapatkan lebih valid dalam mengontrol keadaan yang sesungguhnya.