

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran kecemasan pada pasien diabetes mellitus (DM) sebelum dan sesudah diberikan motivasi di wilayah kerja Puskesmas Kedungkandang Malang dapat disimpulkan bahwa :

1. Tingkat kecemasan pada subyek I sebelum dan sesudah diberikan motivasi mengalami penurunan dari skor 17 (kecemasan sedang) menjadi skor 7 (kecemasan ringan). Respon yang muncul saat cemas sebelum diberikan motivasi jantung merasa berdebar, gemetar, gelisah dan setelah diberikan motivasi masih merasa cemas dengan respon jantung berdebar serta gelisah. Faktor penyebab kecemasan adalah kurangnya keluarga dalam membantu subyek I mengatur pola makan. Tindakan yang dilakukan termasuk dalam mekanisme koping adaptif yaitu melakukan aktifitas fisik dan bercerita tentang cemasnya. Perbandingan antara tingkat kecemasan dan kadar gula darah, apabila tingkat kecemasan menurun kadar gula darah juga menurun tapi perlu ditunjang dengan pengaturan pola makan yang baik.
2. Tingkat kecemasan pada subyek II sebelum dan sesudah diberikan motivasi mengalami penurunan dari skor 16 (kecemasan sedang) menjadi skor 4 (tidak ada kecemasan). Respon saat kecemasan sebelum diberikan motivasi adalah jantung merasa berdebar, kelelahan, badan merasa dingin dan setelah diberikan motivasi tanda saat kecemasan muncul tidak ada. Faktor penyebab

kecemasan sebelum diberikan motivasi adalah takutnya subyek II mengetahui bahwa diabetes merupakan penyakit yang sulit disembuhkan dan setelah diberikan motivasi subyek II tidak mengalami kecemasan kembali. Tindakan yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan termasuk mekanisme koping adaptif yaitu melakukan jalan-jalan setiap pagi dan melakukan olahraga secara sederhana seperti menggerakkan kaki. Perbandingan antara tingkat kecemasan dan kadar gula darah, apabila tingkat kecemasan menurun kadar gula darah juga menurun tapi perlu ditunjang dengan pengaturan pola makan yang baik.

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Bagi subyek studi kasus**

Disarankan untuk kedua subyek penelitian tetap menjaga motivasi dari dalam diri dengan melibatkan keluarga tentang peningkatan pemikiran yang positif, pencegahan komplikasi, cara merawat diri, penerapan mekanisme koping yang positif, dan pengaturan pola hidup yang baik agar dapat meningkatkan kualitas hidup sehingga pola perilaku kedua subyek menjadi lebih baik dan teratur.

Pemberian motivasi ini diharapkan mampu menambah pengetahuan subyek dan meningkatkan semangat dalam melakukan aktivitas sehari-hari maupun proses pengobatan penyakit diabetes mellitus.

### **5.2.2 Bagi tempat penelitian**

Diharapkan bagi perawat di Puskesmas Kedungkandang tetap meningkatkan pendidikan kesehatan tentang pengenalan diabetes

mellitus, pencegahan komplikasi, dan penerapan mekanisme koping yang positif sehingga kecemasan penderita menjadi berkurang dan akan mengikuti pengobatan ke pelayanan kesehatan tanpa ada rasa malas bahkan takut serta lebih tergugah dalam mengubah pola perilaku menjadi lebih baik.

### **5.2.3 Bagi peneliti selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk menambah waktu penelitian dan mencari cara meningkatkan pemahaman dalam menerima sebuah informasi, sehingga apa yang disampaikan oleh peneliti dapat diterima dan diterapkan dengan baik dan benar. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat meneliti tentang pengaruh motivasi terhadap penurunan tingkat kecemasan dan kadar gula darah serta pola hidup.