

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, maka disimpulkan bahwa:

1. Hasil perhitungan menunjukkan koefisien korelasi $r_{(x1,2,y)} = 0,563$ dan hasil $F_{(hitung)}=61,562$ dengan $p= 0,000$ ($p<0,01$), maka disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti hipotesis mayor yang berbunyi ada hubungan antara efikasi diri dan *problem focused coping* (PFC) dengan kepatuhan diet DM diterima.
2. Hasil perhitungan menunjukkan koefisien korelasi $r_{(x1y)}=0,537$ dengan $p= 0,000$ ($p<0,01$), maka disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti hipotesis minor yang berbunyi ada hubungan positif antara efikasi diri dengan kepatuhan diet DM diterima.
3. Hasil perhitungan menunjukkan koefisien korelasi $r_{(x2y)}= 0,757$ dengan $p=0,000$ ($p<0,01$), maka disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti hipotesis minor yang berbunyi ada hubungan positif antara *problem focused coping* (PFC) dengan kepatuhan diet DM diterima.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka peneliti memberi beberapa saran kepada:

1. Penderita Diabetes Mellitus (DM)

Penderita DM (diabetisi), khususnya bagi diabetisi tipe 2 yang diwajibkan untuk menjalankan diet DM, disarankan agar lebih mengoptimalkan lagi efikasi dirinya. Usaha meningkatkan efikasi diri diabetisi dapat dilakukan salah satunya dengan cara modeling, dengan melihat model sosial sebagai contoh. Diabetisi dapat menjadikan orang lain yang mampu menjalankan diet DM sesuai anjuran dokter sebagai model dalam berperilaku diet diabetes.

Adanya wadah seperti PERSADIA memudahkan bagi para diabetisi untuk mendapat lebih banyak contoh yang baik serta informasi mengenai DM. PERSADIA juga dapat menjadi sarana untuk saling berbagi antar anggota. Diharapkan diabetisi dapat secara aktif mengikuti kegiatan yang diadakan oleh PERSADIA agar tercipta kesehatan dan kehidupan yang optimal.

Selain hal tersebut, penggunaan *problem focused coping* (PFC) dalam menyelesaikan masalah terkait diet DM juga perlu dilatih terus menerus oleh diabetisi. Diabetisi melatih diri dengan cara membuat perencanaan tindakan, khususnya perilaku makan agar terbiasa melakukan perilaku diet DM sesuai rencana atau

jadwal. Perilaku diet DM yang terencana diharapkan akan meningkatkan kepatuhan.

2. Penelitian Selanjutnya

Terbatasnya variabel yang dilibatkan dalam penelitian ini diharapkan dapat disempurnakan melalui penelitian selanjutnya. Sebaiknya penelitian berikutnya yang mengambil tema ataupun variabel serupa, dapat melibatkan variabel lain yang berkaitan dengan kepatuhan diet DM. Variabel lain yang diduga berpengaruh pada kepatuhan seperti variabel ciri kesakitan dan ciri pengobatan, komunikasi dokter-pasien, faktor ciri individual, maupun variabel sosial, agar hasil yang diperoleh lebih menyeluruh atau mencakup berbagai aspek.

3. Psikolog

Melihat besarnya hubungan antara efikasi diri dan PFC dengan kepatuhan diet DM, maka disarankan bagi psikolog agar mampu memberikan intervensi berupa promosi kesehatan maupun rehabilitasi yang menekankan pada program peningkatan efikasi diri dan PFC. Intervensi psikologi yang tepat diharapkan dapat meningkatkan kepatuhan diet penderita DM sehingga status kesehatan diabetisi dapat terjaga dengan baik.