

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan stres dengan kualitas hidup pasien Diabetes melitus (DM) di RSUD Bendan Pekalongan, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Karakteristik Responden:

Mayoritas responden adalah berjenis kelamin laki-laki sebanyak 53 orang (55,8%). Kelompok usia terbanyak adalah lansia akhir (56–65 tahun) sebanyak 25 orang (26,3%). Sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan Sekolah Dasar (SD) sebanyak 27 orang (28,4%), dan sebagian besar telah menderita DM selama 1–5 tahun sebanyak 53 orang (55,7%).

2. Gambaran Tingkat Stres

Sebagian besar pasien DM mengalami stres sedang sebanyak 45 orang (47,4%), diikuti oleh stres berat sebanyak 35 orang (35,8%), dan stres ringan sebanyak 16 orang (16,8%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien DM berada pada tingkat stres yang cukup tinggi.

3. Gambaran Kualitas Hidup

Mayoritas pasien DM memiliki kualitas hidup tinggi, yaitu sebanyak 51 orang (53,7%). Sebanyak 29 orang (30,5%) memiliki kualitas hidup sedang, dan hanya 15 orang (15,8%) yang memiliki kualitas hidup rendah .

4. Hubungan Stres dengan Kualitas Hidup:

Hasil uji korelasi Spearman menunjukkan adanya hubungan yang sedang antara tingkat stres dengan kualitas hidup pasien DM, dengan nilai koefisien korelasi (ρ) sebesar 0,585 dan nilai signifikansi (p -value) 0,000 ($p < 0,05$). dan arah hubungan positif artinya, semakin tinggi tingkat stres, maka kualitas hidup juga tinggi dan sebaliknya.

B. Saran

1. Bagi Responden

Diharapkan pasien Diabetes melitus dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman terhadap pentingnya manajemen stres dalam pengelolaan penyakit mereka. Dengan memahami bahwa stres berpengaruh terhadap kondisi fisik dan psikologis, pasien diharapkan lebih patuh dalam menjalani pengobatan, menerapkan pola hidup sehat, serta aktif mencari dukungan emosional demi meningkatkan kualitas hidup mereka.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi tambahan dalam proses pembelajaran, khususnya pada mata kuliah yang membahas penyakit kronis dan kesehatan mental. Institusi pendidikan diharapkan dapat memanfaatkan hasil ini untuk mendorong mahasiswa memahami keterkaitan aspek psikologis dan kualitas hidup pasien DM, serta mendorong penelitian lanjutan di bidang serupa.

3. Bagi Rumah Sakit

Rumah sakit diharapkan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai dasar dalam merancang dan mengembangkan program intervensi manajemen stres untuk pasien DM. Selain itu, rumah sakit juga disarankan untuk menyediakan layanan konseling atau dukungan psikologis sebagai bagian dari pelayanan terpadu, guna meningkatkan kualitas hidup pasien secara menyeluruh.

4. Bagi Peneliti

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian ini lebih lanjut dengan cakupan sampel yang lebih luas dan variabel tambahan, seperti dukungan sosial, tingkat pengetahuan, dan strategi koping. Penelitian lanjutan juga dapat diarahkan pada pengembangan intervensi khusus yang terbukti efektif dalam mengurangi stres dan meningkatkan kualitas hidup pasien DM secara berkelanjutan.