

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian ini, pada dasarnya ketiga subjek memiliki gambaran kebahagiaannya masing-masing.

Pada awal menjadi penderita dm, ketiga partisipan mengalami *shock*, merasa down dan belum bisa menerima keadaan dan kondisi mereka. Setelah didiagnosis menjadi penderita DM, partisipan pertama dan kedua merasa down, stress, dan juga mengabaikan anjuran dari dokter. Kemudian semakin lama, partisipan pertama dan kedua merasakan dampak buruk jika terus menerus mengabaikan anjuran dari dokter sehingga partisipan pertama dan kedua mulai menyadari dan berusaha menjalani semuanya sesuai dengan anjuran dokter, dan mulai menerima dirinya sebagai penderita DM. Sedangkan pada partisipan ketiga yang sudah mengetahui bahwa partisipan akan terdiagnosis DM yang berasal dari orang tuanya, partisipan sudah menerima dirinya yang menjadi penderita DM. Partisipan ketiga memilih untuk tetap menjalani kehidupan seperti biasa, dan cukup dengan mengikuti anjuran dokter agar selalu terkontrol dengan baik. Ketiga partisipan selama menjadi penderita DM tidak pernah membatasi komunikasi kepada siapapun dan selalu mengikuti kegiatan yang dilakukan oleh keluarga maupun masyarakat di sekitaran rumah. Ketiga partisipan juga aktif dalam melakukan kegiatan positif seperti kegiatan keagamaan, kumpul bersama keluarga, dan juga berolahraga.

Partisipan merasakan manfaat dalam melakukan hal positif diatas seperti meningkatnya rasa kebahagiaan, dan berkurangnya rasa cemas dan stress. Selama melakukan hal-hal positif, partisipan tidak merasakan tekanan dari dalam diri, partisipan juga tidak merasakan penolakan dari keluarga, lingkungan, dan tetangga.

## **B. Saran**

Dari hasil penelitian yang diperoleh, maka saran yang dapat diberikan adalah:

1. Bagi Penderita DM
  - a. Untuk penderita DM, dapat menjalankan kehidupan dan keseharian tetap dalam jalan yang benar atau ke hal-hal positif.
  - b. Dapat menerima kondisi dan diri sendiri agar gula darah tetap terkontrol, dan tetap menjaga komunikasi dengan keluarga.
2. Bagi keluarga
  - a. Untuk keluarga, agar mampu mendukung, memberikan semangat dan selalu memperhatikan kondisi penderita secara fisik maupun psikis sehingga penderita mampu melewati masa sulit dan mampu menerima kondisi yang dialami.
3. Untuk penelitian selanjutnya

Diharapkan dapat mengembangkan penelitian mengenai gambaran kebahagiaan pada penderita dm, karena masih banyak penderita dm yang belum bisa menerima kondisinya sendiri dan tidak menemukan gambaran

kebahagiaan untuk dirinya. dan perlu juga dilakukan penelitian tentang konsep spiritualitas dan religiusitas pada penderita dm. Hal tersebut perlu dilakukan karena spiritualitas juga menentukan keberhasilan penatalaksanaan penyakit-penyakit kronis salah satunya dm. Kelemahan dalam penelitian ini adalah subjek kurang bisa mengungkapkan kata-kata dalam bahasa indonesia, karena subjek terbiasa menggunakan bahasa bali sebagai bahasa sehari-hari. Sehingga kata-kata yang disampaikan didalam wawancara sedikit kurang jelas dan terkesan mengulang kata yang sama.