

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *self-efficacy* dengan strategi *coping* pada orang dengan diabetes mellitus. dengan  $r = 0,384$  dan  $p = 0,007$ . Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* maka cenderung semakin tinggi strategi *coping* pada orang dengan diabetes mellitus. Sebaliknya semakin rendah *self-efficacy* maka cenderung semakin rendah strategi *coping* pada orang dengan diabetes mellitus. Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa sebagian besar orang dengan diabetes mellitus memiliki *self-efficacy* yang sedang dengan presentase sebesar 60% dan cenderung diikuti strategi *coping* yang sedang dengan presentasi 55%. Hal ini mendukung penelitian yang telah dilakukan oleh Rahman (2017) yang menyatakan *self-efficacy* merupakan salah satu faktor kunci untuk mencapai perubahan perilaku. *Self-efficacy* dapat memberikan pengaruh terhadap perubahan perilaku dengan mempengaruhi bagaimana seseorang berpikir, memotivasi diri, dan bertindak. Pada pasien dengan diabetes perubahan perilaku sangat diperlukan untuk mencapai tujuan dari pengelolaan DM yaitu kadar gula dalam batas normal. Wu dkk (dalam Nur, 2011) menyatakan *self-efficacy* pada pasien dengan diabetes mellitus berfokus pada keyakinan pasien untuk mampu melakukan perilaku yang dapat mendukung perbaikan penyakitnya dan meningkatkan manajemen perawatan dirinya seperti diet, latihan fisik, medikasi, kontrol glukosa, dan

perawatan DM secara umum. Koefisien determinansi (*R Squared*) antara *self-efficacy* dengan strategi *coping* sebesar  $R^2 = 0,147$  yang berarti bahwa *self-efficacy* memiliki kontribusi 14,7% terhadap strategi *coping* dan sisanya 85.3% dipengaruhi oleh faktor lain yaitu, kesehatan fisik, keterampilan sosial, keterampilan memecahkan masalah dan materi.

## B. Saran

Saran yang dapat diberikan berdasarkan dari hasil penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Bagi subjek diabetes mellitus.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara *self-efficacy* dengan strategi *coping* pada orang dengan diabetes mellitus. Oleh karena itu, disarankan untuk orang dengan diabetes mellitus agar dapat meningkatkan keyakinan diri dalam mengelola keseimbangan antara penggunaan obat dengan menu makanan, olahraga, pola tidur yang sehat serta dapat mengontrol diri dengan baik sehingga akan tercapainya usaha penanggulangan stress yang baik.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan strategi *coping* pada orang dengan diabetes mellitus. Dengan hasil koefisien determinansi *self-efficacy* memiliki kontribusi sebesar 14,7% terhadap strategi *coping* dan sisanya 85.3% dipengaruhi faktor lain. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengkaji faktor-faktor lain yang mempengaruhi strategi *coping* seperti;

faktor kesehatan fisik, faktor keterampilan dalam memecahkan masalah, faktor keterampilan sosial dan faktor materi.

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu hanya mengkaji *self-efficacy* secara umum. Peneliti selanjutnya disarankan untuk lebih memperhatikan teori *self-efficacy* yang digunakan, misalnya secara khusus dan mendalam *self-efficacy* dalam bidang kesehatan sehingga dapat memberikan informasi lebih mengenai *self-efficacy* yang lebih efektif untuk meningkatkan strategi *coping* pada orang dengan diabetes mellitus.

Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk lebih memperhatikan lagi klasifikasi subjek, misalnya usia, jangka waktu sudah berapa lama menjadi orang dengan DM dan hal lainnya yang menyangkut dengan kesehatan fisik subjek pada saat pengambilan data.