

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai kontribusi determinan-determinan *intention* terhadap *intention* pada penderita diabetes melitus di Komunitas Senam Cicalengka, maka dapat disimpulkan bahwa :

- *Intention* yang kuat yang dimiliki para anggota yang memiliki penyakit diabetes melitus mereka akan melakukan control terhadap gaya hidup seperti mengatur pola makan, aktivitas fisik, meminum obat secara teratur, dan melakukan control kedokter. Sedangkan *Intention* lemah kurang dapat mengontrol gaya hidup kurangnya menjaga pola makan, dan kurangnya meluangkan waktu berolah raga.
- Determinan *perceived behavioral control* merupakan determinan yang memiliki kontribusi terbesar terhadap *intention* dalam mengontrol dan menjaga gaya hidup.
- Determinan *subjective norm* merupakan determinan yang memiliki kontribusi cukup besar terhadap *intention* dalam mengontrol dan menjaga gaya hidup.
- Determinan *attitude toward the behavior* merupakan determinan yang tidak terlalu signifikan terhadap *intention* dalam mengontrol dan menjaga gaya hidup.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

- Untuk peneliti lain yang berminat melakukan penelitian lanjutan, hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi para peneliti yang ingin melakukan penelitian pada kontribusi determinan-determinan *intention* terhadap *intention*.
- Untuk peneliti lain yang berminat melakukan penelitian lanjutan, sebaiknya mengukur lebih ke perilaku dan faktor pendukung ataupun penghambat terhadap *intention*.

5.2.2 Saran Praktis

- Bagi pihak Komunitas Senam di Cicalengka dapat memberikan berbagai informasi mengenai pentingnya menjaga gaya hidup yang dapat mencegah berbagai macam penyakit salah satunya penyakit diabetes melitus.
- Untuk para penderita penyakit diabetes melitus di Komunitas Senam Cicalengka dapat meningkatkan *attitude toward the behavior* dengan cara meyakinkan kepada diri sendiri bahwa mereka dapat sembuh dari penyakit diabetes melitus.