

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan mengenai *self-regulation* pada orang dewasa madya pasien diabetes melitus tipe 2 yang menjalani diet di Rumah Sakit 'X' Bandung dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar orang dewasa madya pasien diabetes melitus tipe 2 yang menjalani diet di Rumah Sakit 'X' Bandung mampu dalam melakukan *self-regulation*, yang meliputi fase *forethought* (perencanaan), fase *performance or volitional control* (pelaksanaan) dan fase *self-reflection* (evaluasi).
2. Sebanyak dua orang dewasa madya pasien diabetes melitus tipe 2 yang menjalani diet di Rumah Sakit 'X' Bandung kurang mampu dalam melakukan fase *forethought* (perencanaan), fase *performance or volitional control* (pelaksanaan) dan fase *self-reflection* (evaluasi).
3. Seluruh orang dewasa madya pasien diabetes melitus tipe 2 yang menjalani diet di Rumah Sakit 'X' Bandung yang mampu melakukan *self-regulation* menunjukkan bahwa kemampuan mereka pada fase *performance or volitional control* lebih rendah bila dibandingkan dengan fase *forethought* dan fase *self-reflection*.
4. Hasil pengolahan data menunjukkan bahwa dari semua orang dewasa madya pasien diabetes melitus tipe 2 yang mampu melakukan *self-*

*regulation* ternyata terdapat pasien yang kurang mampu dalam melakukan tahap *self-observation* dari fase *performance or volitional control*.

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Saran Teoritis**

Saran teoritis yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian adalah:

1. Disarankan kepada peneliti selanjutnya yang akan meneliti *self-regulation* untuk meneliti lebih dalam tentang fase *performance or volitional control* khususnya aspek *self-observation* dari pasien diabetes melitus tipe 2.

### **5.2.2 Saran Praktis**

Saran praktis yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian adalah:

1. Disarankan kepada pasien diabetes melitus tipe 2 yang melaksanakan diet untuk lebih memotivasi diri sendiri dan lebih disiplin dalam melaksanakan rencana diet yang telah ditetapkan, seperti menghindari makan makanan yang manis.
2. Bagi Rumah Sakit 'X' Bandung, disarankan untuk menekankan pentingnya peran ahli gizi terhadap pelaksanaan diet pasien diabetes melitus tipe 2, bisa dalam bentuk memberikan konsultasi gizi bagi para pasien.
3. Disarankan kepada keluarga pasien diabetes melitus tipe 2 untuk tetap memberikan dukungan pada pasien dan memantau pasien selama melaksanakan program dietnya, seperti membantu menyediakan makanan untuk pasien yang sesuai dengan menu diet yang sudah ditetapkan.

4. Disarankan agar pasien diabetes melitus tipe 2 untuk memiliki buku panduan diet dari dokter, yang dapat dipakai sebagai pedoman dalam melaksanakan diet yang baik dan teratur.