

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh program edukasi dengan media audio visual dan tertulis terhadap perilaku pencegahan diabetes melitus dan kualitas hidup pada warga Padukuhan Kasihan, maka didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Data demografi menunjukkan, usia responden rata-rata berusia 31 tahun pada kelompok kontrol dan 35 tahun pada kelompok eksperimen dengan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan, dan mayoritas belum pernah mendapatkan edukasi terkait DM.
2. Perilaku pencegahan DM masing-masing kelompok kontrol dan kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang signifikan setelah diberikan *leaflet* (kelompok kontrol) dan video (kelompok eksperimen).
3. Kualitas hidup masing-masing kelompok kontrol dan kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang signifikan setelah diberikan *leaflet* (kelompok kontrol) dan video (kelompok eksperimen).
4. Tidak terdapat perbedaan perilaku pencegahan DM dan kualitas hidup antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen setelah dilakukan intervensi.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh program edukasi dengan media audio visual dan tertulis terhadap perilaku pencegahan diabetes melitus, maka peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut:

### 1. Ilmu keperawatan

Perawat atau tenaga kesehatan lainnya dapat memberikan edukasi kesehatan dengan menggunakan media *leaflet* ataupun video kepada masyarakat terkait perilaku pencegahan diabetes melitus guna mengoptimalkan kualitas hidup, dan mencegah terjadinya kelemahan fisik yang dapat menurunkan kualitas hidup.

### 2. Masyarakat

Masyarakat diharapkan dapat melakukan perubahan perilaku dalam kesehatan sedini mungkin untuk mencegah terjadinya penyakit yang tidak diinginkan, salah satunya penyakit diabetes melitus.

### 3. Penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan data awal sekaligus motivasi untuk mengembangkan media edukasi dalam meningkatkan perilaku pencegahan diabetes melitus, baik di institusi pelayanan maupun pendidikan, dengan menggunakan sampel yang lebih banyak.