

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Karakteristik responden sebagian besar berusia 46-55 tahun, berjenis kelamin perempuan, berpendidikan SMP, status pekerjaan IRT, pendapatan <1.500.000, lama sakit 1-5 tahun, tidak memiliki komplikasi, pola makan tidak teratur, olah raga tidak teratur, dan dukungan keluarga yang masih kurang.
2. Terdapat perbedaan nilai rata-rata yang signifikan pada kesehatan mental dan kadar glukosa darah puasa sebelum dan sesudah intervensi terapi dzikir *kalimat thayibbah*, *asmaul husna* dan *doa* selama 2 minggu.
3. Terapi dzikir dzikir *kalimat thayibbah*, *asmaul husna* dan *doa* berpengaruh terhadap peningkatan kesehatan mental yang ditunjukkan dengan menurunnya gejala depresi, kecemasan, dan stres serta diikuti dengan penurunan kadar glukosa darah pasien diabetes melitus tipe 2.

B. Saran

1. Bagi Pelayanan Keperawatan

Perawat diharapkan dapat menjadikan terapi dzikir sebagai salah satu terapi alternatif komplementer untuk meningkatkan kesehatan mental dan menurunkan kadar glukosa darah pasien diabetes tipe 2. Perawat dapat berkolaborasi dengan kader kesehatan serta perkumpulan pengajian di masing-masing desa sebagai kearifan lokal untuk dapat mengedukasi serta turut mengajak pasien diabetes untuk hadir dalam pengajian serta dapat melakukan dzikir secara bersama-sama.

2. Bagi Pasien

Pasien diabetes dapat menerapkan terapi dzikir berupa *kalimat thayyibah*, *asmaul husna* dan *doa* sebagai terapi harian untuk dapat meningkatkan kesehatan mental serta menurunkan kadar glukosa darah.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian terkait terapi dzikir kalimat *thayibbah*, *asmaul husna* *do'a* dengan waktu minimal 2 minggu dan dapat melakukan observasi setiap hari secara langsung serta dapat mengendalikan faktor-faktor yang mempengaruhi hasil penelitian.