

## BAB V PENUTUP

### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai intervensi logoterapi terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Oesapa Kota Kupang, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Karakteristik pasien diabetes melitus tipe 2 berdasarkan umur dan jenis kelamin yang berhubungan dengan tingkat kecemasan

Sebagian besar pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Oesapa Kota Kupang berada pada usia dewasa hingga lanjut usia, dengan proporsi laki-laki yang lebih banyak dibandingkan perempuan. Faktor usia dan jenis kelamin berperan penting dalam memengaruhi tingkat kecemasan pasien. Pasien usia dewasa dan lansia cenderung mengalami kecemasan karena kekhawatiran terhadap komplikasi penyakit dan penurunan kondisi fisik. Laki-laki dalam penelitian ini juga menunjukkan adanya kecemasan yang cukup tinggi, meskipun sering kali tidak diekspresikan secara terbuka, terutama terkait peran sosial dan tanggung jawab ekonomi. Hal ini menunjukkan bahwa baik laki-laki maupun perempuan memiliki risiko kecemasan yang perlu ditangani secara tepat. Kelompok lama sakit responden dengan jumlah terbanyak adalah 2–3 tahun. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Oesapa Kota Kupang memiliki lama sakit 2–3 tahun.

2. Kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe 2 sebelum intervensi logoterapi

Sebelum dilakukan intervensi logoterapi, sebagian besar pasien diabetes melitus tipe 2 mengalami kecemasan dengan berbagai gejala, seperti rasa gelisah, kekhawatiran akan masa depan, ketakutan terhadap komplikasi, dan perasaan tidak berdaya. Kecemasan ini muncul karena pasien merasa hidupnya terbatas oleh penyakit, merasa tidak memiliki kontrol terhadap kesehatannya, serta mengalami beban psikologis akibat perubahan pola hidup yang harus dijalani secara terus-menerus.

3. Kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe 2 sesudah intervensi logoterapi

Setelah intervensi logoterapi diberikan, terjadi penurunan tingkat kecemasan pada sebagian besar pasien. Pasien menjadi lebih tenang, lebih mampu menerima kondisi kesehatannya, serta mulai menemukan makna dan tujuan hidup meskipun dalam

kondisi sakit. Logoterapi membantu pasien memaknai penderitaan mereka secara lebih positif, sehingga kecemasan yang sebelumnya dirasakan dapat berkurang. Pasien juga tampak lebih percaya diri, lebih bersemangat dalam menjalani pengobatan, serta lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan.

#### 4. Pengaruh intervensi logoterapi terhadap penurunan tingkat kecemasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi logoterapi berpengaruh positif terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Oesapa Kota Kupang. Melalui logoterapi, pasien diajak untuk menemukan makna hidup dan tetap merasa memiliki nilai meskipun hidup dengan penyakit kronis. Intervensi ini terbukti efektif sebagai pendekatan psikologis yang membantu pasien mengatasi kecemasan, terutama ketika dilakukan secara terstruktur dan sesuai dengan nilai budaya lokal. Namun demikian, penurunan kecemasan yang optimal memerlukan dukungan medis yang baik dan dukungan sosial dari keluarga maupun lingkungan sekitar, karena kecemasan pasien DM tipe 2 tidak hanya dipengaruhi oleh faktor psikologis, tetapi juga kondisi fisik dan sosial pasien secara menyeluruh.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diperoleh, penulis menyampaikan saran-saran sebagai berikut:

### 1. Bagi Puskesmas Oesapa Kota Kupang

Disarankan agar intervensi logoterapi dapat dijadikan salah satu alternatif intervensi non-farmakologis dalam pelayanan keperawatan pasien diabetes melitus tipe 2, khususnya bagi pasien yang mengalami kecemasan. Logoterapi dapat diintegrasikan dalam program edukasi atau konseling kelompok, agar pasien memiliki kemampuan mengelola kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup.

### 2. Bagi Perawat

Perawat diharapkan dapat meningkatkan keterampilan dalam memberikan intervensi psikologis, termasuk logoterapi, sehingga pelayanan keperawatan pada pasien diabetes melitus tipe 2 tidak hanya terfokus pada aspek fisik, tetapi juga pada aspek psikologis pasien. Perawat juga diharapkan lebih peka terhadap tanda-tanda kecemasan yang mungkin dialami pasien, terutama pasien laki-laki yang sering menyembunyikan emosinya.

### 3. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu keperawatan komunitas dan keperawatan jiwa, khususnya dalam penerapan intervensi logoterapi untuk menurunkan kecemasan pada pasien dengan penyakit kronis seperti diabetes melitus tipe 2. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan standar prosedur operasional (SPO) intervensi logoterapi di layanan primer.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti berikutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar dan desain penelitian yang lebih luas, misalnya menggunakan metode quasi eksperimen atau randomized controlled trial, agar diperoleh data yang lebih kuat mengenai efektivitas logoterapi. Selain itu, penelitian mendatang juga dapat mengeksplorasi faktor-faktor lain yang memengaruhi keberhasilan intervensi logoterapi, seperti dukungan keluarga, kondisi sosial ekonomi, dan kontrol kadar gula darah pasien.