

## BAB V

### KEIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Mlati I, diperoleh hasil mengenai gambaran karakteristik responden, sebagai besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 8 orang (66,7%), berusia 46-60 tahun sebanyak 7 orang (58,3%), aktivitas fisik berada dalam kategori sedang sebanyak 6 orang (50,0%), status hidrasi berada dalam kategori hidrasi baik sebanyak 8 orang (66,7% ), dan besar tingkat stress responden DM tipe 2 berada dalam kategori ringan sebanyak 9 orang (75% ).
2. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Mlati I, diperoleh  $p\ value = 0,084$  ( $\alpha = 0,05$ ), tidak ada perbedaan rata-rata (*Mean*) kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 pada kelompok kontrol.
3. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Mlati I, diperoleh  $p\ value = 0,003$  ( $\alpha = 0,05$ ), sehingga dapat diketahui ada pengaruh hidroterapi minum air putih terhadap penurunan kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah Kerja Puskemas Mlati I Sleman Yogyakarta.
4. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Mlati I, diperoleh  $p\ value = 0,018$  ( $p > 0,05$ ) dengan *mean difference* sebesar -65,500, maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan rerata nilai kadar gula darah *posttest* antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Sehingga dapat diketahui ada pengaruh hidroterapi minum air putih terhadap penurunan kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah Kerja Puskemas Mlati I Sleman Yogyakarta

## **B. Saran**

### **1. Bagi Puskesmas**

Diharapkan dapat mempertahankan serta meningkatkan mutu pelayanan keperawatan dengan cara tetap memberikan pendidikan kesehatan mengenai pengetahuan diet DM sehingga pasien dapat menjaga pola hidup yang sehat serta dapat mengurangi resiko terjadinya komplikasi DM.

### **2. Bagi Profesi Keperawatan**

Diharapkan perawat bisa lebih meningkatkan dalam memerikan asuhan keperawatan khususnya keperawatan komplementer dan memberikan penyuluhan terkait pengetahuan DM seperti faktor-faktor yang menyebabkan DM serta penyuluhan terkait diet DM seperti jumlah diet pada pasien DM

### **3. Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penilitan ini diharapkan bisa menambah pembelajaran khususnya dalam keperawatan komplementer.

### **4. Bagi Pasien**

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai informasi penting menjaga kadar gula darah dengan mengkonsumsi air putih.

### **5. Bagi Peneliti Lain**

Diharapkan peneliti selanjutnya mampu meneliti beberapa variabel pengganggu yang tidak dikendalikan pada penelitian ini seperti aktivitas fisik, dehidrasi, dan stres.