

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti, didapatkan hasil pengkajian pada kedua klien Ny.F dan Ny.T bahwa riwayat diabetes yang diderita oleh kedua klien merupakan keturunan dari ibunya namun hal tersebut dipererat karena gaya hidup kedua klien pada saat masih muda yaitu menyukai dan sering mengonsumsi minuman dan makanan manis.. Sehingga pada Ny.F diabetes mellitus sudah diderita sejak 5 tahun yang lalu sedangkan pada Ny.T diabetes mellitus sudah diderita sejak 7 tahun yang lalu. Dikaarenakan kedua klien sudah mengetahui penyakitnya sehingga kedua klien rutin minum obat diabetes mellitus setiap harinya. Penulis meneggakkan diagnose kesiapan peningkatan manajemen kesehatan dan risiko ketidakstabilan kadar glukosa darah. Kemudian melakukan inntervensi yang dibagi menjadi 3 tahap yaitu tahap observasi, tahap terapeutik dan tahap edukasi meliputi tindakan pemantaua kadar gula darah dan terapi relaksasi otot progresif. Terapi dilaksanakan selama 3 hari pada kedua klien. Pada Ny.F terapi relaksasi otot progresif dilakukan paada tanggal 17-19 Desember 2023 sedangkan pada Ny.T dilakukan pada tanggal 19-21 Desember 2023. Terapi relaksasi otot progresif difokuskan untuk mengontrol kadar gula darah jika berada diatas rentang normal namun terapi ini juga bermanfaat untuk melancarkn peredaran darah sehingga rasa kebas dan kesemutan bisa berkurang. Hasil implementasi pada hari pertama kadar gula darah Ny.F 212 mg/dl dan Ny.T 426 mg/dl kemudian setelah kedua klien melakukan terapi relaksasi otot progresif terjadi penurunan kadar gula darah menjadi Ny.F 189 mg/dl dan Ny.T 292 mg/dl. Kemudian pada hari kedua sebelum melakukan relaksasi otot progresif kadar gula darah Ny.F 191 mg/dl dan Ny.T 292 mg/dl setelah melakukan relaksasi otot progresif kadar gula darah kedua klien terjadi penurun pada Ny.F 129 mg/dl dan Ny.T 179 mg/dl. Pada implementasi hari ketiga hasil gula darah sebelum relaksasi

Otot progresif Ny. F 136 mg/dL dan Ny.T 113 mg/dL setelah dilakukan relaksasi otot progresif Ny. F 117 mg/dL dan Ny. T 107 mg/dL. Dari hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap kadar gula darah pada klien dengan diabetes mellitus tipe 2.

B. Saran

1. Bagi Masyarakat

Diharapkan masyarakat penderita diabetes mellitus tipe II dapat menerapkan relaksasi otot progresif guna merilekskan tubuh dan menurunkan kadar glukosa darah

2. Bagi Prodi Ners

Diharapkan hasil dari penulisan karya ilmiah akhir ners ini dapat digunakan sebagai contoh hasil dalam melakukan tindakan keperawatan bagi pasien khususnya diabetes mellitus tipe II

3. Bagi Puskesmas Pandak 1

Diharapkan Puskesmas Pandak 1 dapat menerapkan terapi non-farmakologis di fasilitas pelayanan kesehatan

4. Bagi Perawat Puskesmas Pandak 1

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi khususnya bidang keperawatan guna meningkatkan intervensi pemberian asuhan keperawatan

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai sumber pengetahuan sehingga dapat diaplikasikan sebagai intervensi keperawatan, khususnya penerapan intervensi relaksasi otot progresif terhadap kadar glukosa darah.