

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pembahasan pada bab sebelumnya dapat disimpulkan bahwa:

1. Pada pengkajian didapatkan data klien mengeluh lemas, sering buang air kecil, sering makan, gemetar, sering berkeringat, sering merasa haus, sering kesemutan di tangan dan kaki, klien mengatakan suka makanan manis dan kopi. Pemeriksaan yang menunjang adalah pemeriksaan kadar gula darah, dimana kadar gula darah sewaktu klien 262 mg/dl.
2. Dari analisis data yang didapatkan maka penulis menegakan diagnosa ketidakstabilan kadar glukosa dalam darah tinggi berhubungan dengan resistensi insulin.
3. Intervensi pada diagnosa ketidakstabilan kadar glukosa dalam darah (hiperglikemia) dilakukan intervensi keperawatan yaitu penerapan relaksasi otot progresif.
4. Implementasi telah dilakukan selama 3 hari dengan 6 kali penerapan, hasil dari implementasi diagnosa ketidakstabilan kadar gula darah (hiperglikemi) kadar gula darah pada hari pertama sebelum dilakukan penerapan nilai kadar gula darah 262 mg/dl menjadi 165 mg/dl setelah dilakukan 6 kali penerapan.
5. Evaluasi pada masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah (hiperglikemia) didapatkan kadar gula darah menurun dari kadar gula darah 262 mg/dl menjadi 165 mg/dl dan telah teratasi sebagian dan intervensi dilanjutkan di rumah dengan mandiri.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil pembahasan dan kesimpulan, maka penulis memberikan saran diantaranya:

1. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan karya tulis ilmiah ini bisa dijadikan sebagai acuan atau referensi dalam asuhan keperawatan dan penerapan terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe II. Selain itu tindakan dapat dikembangkan sehingga dapat memberikan kriteria hasil yang lebih baik.

2. Bagi klien dan keluarga diharapkan klien dapat menggunakan terapi non farmakologis ini di rumah dengan mandiri untuk mengatasi keluhan diabetes melitus tipe II dan klien juga agar senantiasa menghindari faktor pencetus terjadinya peningkatan kadar gula dalam darah (hiperglikemia).
3. Bagi institusi pendidikan diharapkan dapat menjadi referensi bagi institusi pendidikan dalam ilmu keperawatan dan menambah kepustakaan terkait metode relaksasi otot progresif pada penderita diabetes melitus tipe II.