

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil telaah tiga artikel jurnal dan satu asuhan keperawatan dapat di tarik kesimpulan yaitu:

5.1.1 Pengkajian

Pada pasien yang mengalami diagnose ketidak stabilan kadar gula darah ditandai dengan data mayor dan minor *hiperglikemia*. Data subjektif: Lelah atau lesu, data objektif: Kadar glukosa dalam darah/urin tinggi.

Berdasarkan hasil telaah jurnal dan telaah asuhan keperawatan gejala yang muncul pada pasien diabetes melitus yang mengalami ketidak stabilan kadar gula darah diantaranya Lelah, lesu, kadar glukosa dalam darah tinggi, banyak minum, banyak kencing, banyak makan.

5.1.2 Diagnosa

Diagnosa keperawatan yang muncul berdasarkan uraian fakta dan teori pada pasien diabetes melitus adalah ketidak stabilan kadar glukosa darah b.d resistensi insulin

5.1.3 Perencanaan

Perencanaan pada pasien diabetes melitus yaitu dengan relaksasi otot progresif. Karena dengan melakukan relaksasi otot progresif secara rutin berdampak pada meingkatkan transport glukosa kedalam membrane sel. Peningkatan ini membuat penggunaan pada kadar glukosa menjadi lebih efektif sehingga kadarnya dapat meningkatkan normal atau stabil.

5.1.4 Implementasi

Implementasi keperawatan pada pasien diabetes melitus berupa pemberian tindakan terapi relaksasi otot progresif sesuai SOP. Relaksasi otot progresif yang dilakukan dalam kurun waktu tiga hari berturut-turut sebanyak dua kali dalam sehari selama 25-30 menit efektif untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien

dengan DM tipe 2 yang erat kaitannya dengan menurunnya tingkat stres dan psikologi yang dialami pasien.

5.1.5 Evaluasi

Evaluasi pada pasien diabetes melitus adalah pemberian terapi relaksasi otot progresif terbukti efektif untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus sesuai dengan tujuan dan kriteria hasil.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil *literature review* pada asuhan keperawatan dengan penerapan terapi relaksasi otot progresif dan menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2, maka saran yang dapat penulis berikan kepada pembaca khususnya:

5.2.1 Bagi masyarakat

Diharapkan studi kasus dengan metode *literature review* ini, bagi masyarakat di klinik maupun di komunitas bahwa terapi relaksasi otot progresif bisa digunakan sebagai salah satu penerapan terapi non farmakologi terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2.

5.2.2 Bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan

Diharapkan studi kasus dengan metode *literature review* ini dapat dijadikan sebagai informasi dan dapat dijadikan sebagai data dasar tentang asuhan keperawatan dengan penerapan teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2

5.2.3 Bagi peneliti selanjutnya

Menjadi data dasar untuk penelitian menggunakan metode literatur review dengan menggunakan populasi dan sample lebih banyak dan kriteria inklusi lebih homogen dan dapat dilakukan selanjutnya dengan metode penelitian primer yaitu dilakukan secara langsung yakni melakukan penerapan teknik relaksasi otot progresif dalam menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2.