

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan penelitian pada bab sebelumnya tentang Pengaruh Relaksasi Autogenik Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Pancoran Mas Depok, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

##### **a. Analisis Univariat**

Dari hasil penelitian yang dilakukan terhadap 26 responden yaitu 13 responden kelompok intervensi dan 13 responden kelompok kontrol, dapat dilihat gambaran karakteristik bahwa rata-rata usia responden pada kelompok intervensi yaitu 55 tahun. Gambaran karakteristik jenis kelamin paling banyak terdapat pada perempuan 9 responden atau 69,2%. Gambaran karakteristik lama menderita DMT2 pada kelompok intervensi terdapat 6 responden (46,2%) lama menderita diabetes melitus  $\leq 5$  tahun dan 7 responden (53,8%) lama menderita diabetes melitus  $> 5$ . Gambaran karakteristik IMT rata-rata (*mean*) dari IMT responden kelompok intervensi adalah 26,58 dengan standar deviasi 4,478. IMT terendah adalah 16,88 dan IMT tertinggi responden adalah 35,96. Dari hasil penelitian yang dilakukan terhadap 26 responden yaitu 13 responden kelompok intervensi dan 13 responden kelompok kontrol, rata-rata kadar gula darah sebelum diberikan intervensi adalah 228,85 mg/dl sedangkan setelah diberikan intervensi menjadi 203,69 mg/dl

##### **b. Analisis Bivariat**

Dari hasil analisis data dengan uji korelasi dan independen T-test pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol untuk karakteristik responden yang terdiri dari usia, jenis kelamin, lama menderita DMT2, dan IMT didapatkan nilai p value  $> 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh usia, jenis kelamin, lama menderita DMT2, dan IMT terhadap kadar gula darah pada kelompok intervensi dan kelompok

kontrol. Dari hasil analisis pretest dan posttest terdapat adanya pengaruh intervensi relaksasi autogenik terhadap penurunan kadar gula darah pada kelompok intervensi dengan p value 0,000 sedangkan untuk kelompok kontrol didapatkan p value sebesar 0,570. Rata-rata selisih kadar gula darah pada kelompok intervensi adalah 25,15 mg/dl dengan SD 3,934, sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 0,62 mg/dl dengan SD 3,798.

## V.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terdapat beberapa hal yang perlu direkomendasikan untuk penelitian yang terkait dengan topik penelitian ini, yaitu:

- a. Bagi Profesi Keperawatan
  - 1) Sebagai masukan bagi perawat dalam peningkatan atau modifikasi intervensi keperawatan yang tepat pada pasien diabetes mellitus tipe 2.
  - 2) Hasil penelitian ini dapat memberikan masukan bagi profesi keperawatan dalam memberikan terapi non-farmakologis relaksasi autogenik dalam mengontrol kadar gula darah.
- b. Bagi Institusi Pendidikan
  - 1) Perlu ditingkatkan lagi mengenai pemberian terapi non-farmakologis pada penderita diabetes mellitus tipe 2, karena DM sangat berpeluang untuk terjadi komplikasi maka perlu dilaksanakan terapi atau program yang bias dilaksanakan berdampingan dengan terapi farmakologis.
  - 2) Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai efektifitas dari terapi relaksasi autogenik terhadap kadar gula darah.
- c. Bagi Penelitian Selanjutnya
  - 1) Diharapkan pada peneliti selanjutnya dapat melakukan pemantauan kepatuhan diit diabetes mellitus
  - 2) Diharapkan pada peneliti selanjutnya dapat melakukan pengontrolan pengelolaan diabetes mellitus yang terdiri dari 4 pilar

- 3) Menambah jumlah sampel pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- 4) Memperpanjang durasi waktu penelitian supaya mengetahui tren perubahan dari kadar gula darah.
- 5) Melatih responden terlebih dahulu sampai responden mampu melakukan secara sempurna.

d. Bagi Masyarakat

Diharapkan sebagai bahan informasi bagi masyarakat khususnya penderita diabetes mellitus tipe 2 sebagai terapi non-farmakologi dan masyarakat dapat membantu menurunkan angka morbiditas maupun mortalitas prevalensi penyakit tidak menular, khususnya diabetes mellitus.

