

## **BAB V**

### **PENUTUP**

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

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan penelitian pada bab sebelumnya tentang Pengaruh *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus tipe 2 di RW 09 Kelurahan Grogol, 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 50 tahun. Gambaran karakteristik jenis kelamin paling banyak terdapat pada perempuan 10 responden 76.7% pada kelompok intervensi. Dari hasil penelitian yang dilakukan terhadap 26 responden yaitu 13 responden kelompok intervensi dan 13 responden kelompok kontrol., rata-rata kadar gula darah kelompok intervensi sebelum diberikan *progressive muscle relaxation* adalah 344 mg/dl sedangkan setelah diberikan *progressive muscle relaxation* menjadi 297 mg/dl.

##### b. Analisis Bivariat

Dari hasil analisis data dengan uji korelasi dan independent t-test pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol untuk karakteristik responden yang terdiri atas usia, jenis kelamin dan pendidikan terhadap kadar gula darah didapatkan nilai  $p = > 0.05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh usia, jenis kelamin dan pendidikan terhadap kadar gula darah pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Dari hasil analisis *pretest* dan *posttest* terdapat adanya pengaruh antara *progressive muscle relaxation* dengan kadar gula darah pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan p value 0.010 sedangkan pada kelompok kontrol dengan p value 0.010. Rata-rata selisih kadar gula darah pada

pasien diabetes melitus kelompok intervensi dengan nilai mean 47.46, SD 68.408. sedangkan pada kelompok kontrol dengan nilai mean -41.00, SD 50.364. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p=0.001$ . karena nilai  $p < 0.05$  terlihat ada perbedaan atau selisih yang signifikan rata-rata kadar gula darah antara pasien diabetes melitus kelompok intervensi dengan kelompok kontrol.

## 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 Akademis

Sebagai bahan masukan dalam proses belajar mengajar dan meneliti, khususnya mengenai penatalaksanaan PMR yang dilakukan pada penderita diabetes melitus yang mengalami kenaikan kadar gula darah.

b. Bagi Praktisi

Diharapkan penelitian ini memberikan masukan bagi profesi dalam mengembangkan perencanaan keperawatan terhadap penatalaksanaan terapi PMR, karena masih banyak faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kadar gula darah.

c. Bagi Metodologi

Penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan penelitian selanjutnya mengenai penatalaksanaan non-farmakologi bagi penderita diabetes melitus, misalnya mengembangkan instrument penelitian, memperluas area penelitian dan metode penelitian, sehingga pada penelitian selanjutnya dapat lebih baik lagi dan hasil penelitian yang diperoleh akan lebih memungkinkan untuk melakukan generalisasi pada populasi yang besar serta menggunakan desain penelitian yang bisa lebih memperkecil bias sehingga lebih terlihat seberapa besar pengaruh dari intervensi yang diberikan.

d. Bagi Masyarakat

Diharapkan sebagai bahan informasi bagi masyarakat khususnya penderita Diabetes Melitus sebagai terapi non-farmakologi dan masyarakat dapat membantu menurunkan prevalensi Diabetes Melitus.

