

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus yang telah dilaksanakan pada kedua pasien diabetes melitus tipe II dengan masalah ketidakstabilan glukosa darah melalui terapi relaksasi otot progresif sebagai terapi non-farmakologis pendamping selama 3 hari di RSUD Panembahan Senopati Bantul. Hasil penerapan terapi relaksasi otot progresif pada kedua pasien, dapat disimpulkan bahwa terapi relaksasi otot progresif memiliki pengaruh dalam membantu menurunkan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe II.

Asuhan keperawatan pada pasien diabetes melitus tipe II dengan ketidakstabilan glukosa darah merupakan asuhan keperawatan yang kompleks, sehingga tidak hanya dilakukan tindakan terapi saja, tetapi juga disertai dengan tindakan keperawatan lain seperti pemantauan kadar gula darah, pemantauan tanda dan gejala hiperglikemia, edukasi diet dan kepatuhan pengobatan, serta kolaborasi pemberian terapi farmakologis. Terapi relaksasi otot progresif berperan sebagai terapi nonfarmakologis yang membantu pasien menjadi lebih rileks, nyaman, dan tenang sehingga membantu proses pengontrolan kadar glukosa darah menjadi lebih optimal.

Kedua pasien menunjukkan respon yang relatif serupa terhadap penerapan terapi relaksasi otot progresif. Setelah dilakukan terapi secara bertahap selama 3 hari, terjadi penurunan kadar glukosa darah pada kedua pasien yang disertai dengan perbaikan kondisi umum, seperti berkurangnya keluhan pusing, lemas, mual, serta kebas kesemutan pada ekstremitas. Selain

itu pasien tampak lebih rileks, tenang, nyaman setelah dilakukan terapi. Kemampuan pasien dalam mengikuti setiap tahapan gerakan terapi relaksasi otot progresif juga mengalami peningkatan, sehingga pasien mampu melakukan terapi secara mandiri dan lebih optimal

B. Saran

1. Bagi Pasien dan Keluarga

Diharapkan pasien dan keluarga dapat meningkatkan kepatuhan dalam menjalani pengobatan, menjaga pola makan sesuai anjuran, melakukan kontrol kesehatan secara rutin, serta menerapkan terapi relaksasi otot progresif secara mandiri sebagai salah satu upaya nonfarmakologis untuk membantu mengontrol kadar glukosa darah dan meningkatkan kenyamanan pasien.

2. Bagi Perawat RSUD Panembahan Senopati Bantul

Diharapkan perawat dapat menerapkan terapi relaksasi otot progresif sebagai salah satu intervensi mandiri keperawatan secara rutin dalam membantu pengendalian kadar glukosa darah pada pasien *Diabetes Melitus* tipe II. Selain itu, perawat diharapkan mampu memberikan edukasi dan pendampingan kepada pasien terkait pelaksanaan terapi relaksasi otot progresif secara mandiri guna meningkatkan efektivitas terapi nonfarmakologis selama proses perawatan.

3. Bagi Rumah Sakit RSUD Panembahan Senopati Bantul

Diharapkan pihak rumah sakit dapat mendukung penerapan terapi relaksasi otot progresif sebagai terapi pendamping dalam pemberian

asuhan keperawatan pada pasien diabetes melitus tipe II. Selain itu, rumah sakit diharapkan dapat menyediakan standar operasional prosedur (SOP) terkait pelaksanaan terapi relaksasi otot progresif guna menunjang pelayanan keperawatan yang lebih optimal dan terstandar.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan sebagai sumber referensi dan bahan pembelajaran dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya terkait penerapan terapi nonfarmakologis pada pasien diabetes melitus tipe II dengan masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan jumlah responden yang lebih banyak, durasi penelitian yang lebih panjang, serta pemeriksaan penunjang yang lebih lengkap agar diperoleh hasil yang lebih optimal dan akurat terkait efektivitas terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan kadar glukosa darah pada pasien *Diabetes Mellitus* tipe II. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengontrol faktor lain seperti asupan nutrisi, aktivitas fisik, kondisi psikologis, dan kepatuhan terapi farmakologis agar hasil penelitian lebih objektif.