

## BAB 5

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil study kasus penerapan *progressive muscle relaxation* pada pasien diabetes melitus tipe 2 dengan hiperglikemia di Ruang Elisabeth Gruyters 1 Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta, dapat disimpulkan :

- 5.1.1 Karakteristik pasien yang dilakukan intervensi *progressive muscle relaxation* dan yang tidak dilakukan intervensi *progressive muscle relaxation* bahwa usia Bp. B 65 tahun dan Ny. S 65 tahun. Pendidikan terakhir pasien Bp. B yaitu SLTA dan Ny. S yaitu SD. Pada kedua pasien memiliki kesadaran secara komposmentis. Obat yang dikonsumsi kedua pasien yaitu obat metformin 500 mg. Bp. B mengeluh badan lemas dan sering meras BAK, sedangkan Ny. S mengeluhkan badan juga terasa lemas, sering merasa haus dan lapar. Bp. B sudah menderita DM tipe 2 selama 7 tahun dan Ny. S menderita DM tipe 2 sudah 5 tahun.
- 5.1.2 Terjadi penurunan kadar gula darah pada pasien Bp. B bahwa penurunan kadar glukosa darah yang dialami Bp. B. kadar glukosa darah awalnya 335 mg/dL turun menjadi 314 mg/dL (21 mg/dL) tanpa diberikan intervensi *progressive muscle relaxation* dari tanggal 12 Agustus 2025 sampai 14 Agustus 2025.
- 5.1.3 Terjadi penurunan kadar gula darah pada pasien Ny. S bahwa penurunan kadar glukosa darah pada Ny. S. kadar glukosa darah yang awalnya 256 mg/dL turun menjadi 201 mg/dL (51 mg/dL) dengan diberikan intervensi *progressive muscle relaxation* dari tanggal 12 Agustus 2025 sampai 14 Agustus 2025.
- 5.1.4 Terdapat hasil perbedaan antara pasien yang tidak diberikan intervensi dengan pasien yang diberikan intervensi. Pasien Bp. P yang tidak dilakukan intervensi mengalami lama rawat selama 7 hari, sedangkan Ny. S yang dilakukan intervensi mengalami lama rawat 5 hari.

## **5.2 Saran**

### **5.2.2 Bagi pasien**

Temuan dari penerapan ini diyakini dapat memberikan petunjuk tentang bagaimana teknik relaksasi otot progresif dapat digunakan untuk menurunkan kadar glukosa dalam darah

### **5.2.3 Bagi peneliti selanjutnya**

Diharapkan dengan adanya hasil studi kasus ini, peneliti selanjutnya dapat mengimplementasikan teknik relaksasi otot progresif sebagai intervensi non farmakologis yang efektif dalam menangani pasien diabetes mellitus tipe 2