

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dari penerapan asuhan keperawatan terhadap ibu postpartum Ny. P dengan penerapan teknik rileksasi otot progresif untuk menurunkan kadar gula darah, maka dapat disimpulkan beberapa hasil sebagai berikut:

- a. Hasil pengkajian terhadap Ny. P dapat diketahui bahwa ibu mengalami keluhan adanya peningkatan gula darah 250 ml/gr
- b. Diagnosa keperawatan yang muncul terhadap Ny. P berdasarkan temuan data subjektif dan objektif adalah ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah, nyeri dan defisit pengetahuan tentang DM.
- c. Rencana asuhan keperawatan terhadap Ny. P dengan penerapan teknik rileksasi otot progresif untuk menurunkan kadar gula darah
- d. Pelaksanaan asuhan keperawatan terhadap Ny. P dengan penerapan teknik rileksasi otot progresif dapat berjalan dengan lancar
- e. Hasil evaluasi atas pelaksanaan asuhan keperawatan terhadap Ny. P dengan inovasi teknik rileksasi otot progresif untuk menurunkan kadar gula darah dengan hasil setelah dilakukan intervensi selama 3 x 24 jam kadar gula darah mengalami penurunan.

## **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penerapan asuhan keperawatan dengan inovasi akupresure, maka dapat disarankan:

### **1. Bagi pasien DM**

Diharapkan untuk terus menerapkan teknik rileksasi otot progresif di rumah agar kadar gula darah dapat menurun ke kadar normal serta disertai dengan asupan nutrisi yang cukup dnegan tetap menerapkan diit yang ketat agar tidak mengalami peningaktan GDS kembali.

### **2. Bagi Petugas Kesehatan**

Bagi petugas kesehatan dapat menerapkan teknik rileksasi otot progresif guna mengatasi keluhan meningkatkan GDS pada pasien DM, serta dapat mengajarkan teknik ini kepada pasien dan keluarga agar dapat dilaksanakan secara mandiri di rumah

### **3. Bagi Puskesmas**

Bagi puskesmas diharapkan dapat mempromosikan teknik rileksasi otot progresif ini kepada para perawat yang ada di puskesmas sebagai salah satu alternatif dalam upaya pencegahan peningkatan GDS pada pasien DM.