

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Pengelolaan ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 pada tanggal 22 Mei 2025 sampai dengan 24 Mei 2025 dengan relaksasi autogenik terbukti efektif dalam membantu menurunkan kadar glukosa darah dan memperbaiki kondisi umum pasien. Berdasarkan asuhan keperawatan yang dilakukan selama tiga hari terhadap pasien, terlihat adanya penurunan kadar glukosa dari 270 mg/dl menjadi 201 mg/dl setelah dilakukan teknik relaksasi autogenik secara rutin, disertai edukasi tentang pola hidup sehat dan pemantauan gula darah mandiri. Dengan pendekatan keperawatan yang komprehensif ini, pasien menunjukkan perbaikan dalam aspek fisiologis dan psikologis, serta mampu berpartisipasi aktif dalam proses penyembuhan.

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi Penulis**

Penelitian ini memberikan pengalaman yang sangat berarti dalam menerapkan asuhan keperawatan, khususnya dalam pengelolaan gangguan ketidakstabilan kadar glukosa darah dengan relaksasi autogenik pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Penulis menyadari bahwa masih banyak keterbatasan dalam proses pengumpulan data dan pelaksanaan intervensi. Oleh karena itu, ke depan penulis perlu lebih meningkatkan keterampilan dalam pengkajian dan evaluasi secara objektif, memperdalam pemahaman tentang terapi non-farmakologis, serta mengembangkan keterampilan

komunikasi terapeutik agar mampu memberikan pelayanan keperawatan yang lebih optimal dan holistik.

## 2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan untuk referensi tambahan dalam pembelajaran keperawatan, khususnya terkait pengelolaan ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2 melalui intervensi keperawatan non-farmakologis seperti relaksasi autogenik. Diharapkan institusi pendidikan dapat mendorong mahasiswa untuk mengembangkan pendekatan holistik dalam asuhan keperawatan serta menggali intervensi berbasis *evidence-based practice* guna meningkatkan mutu pelayanan keperawatan.

## 3. Bagi Masyarakat

Masyarakat diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang pentingnya pengendalian kadar glukosa darah, terutama bagi individu yang memiliki risiko atau telah terdiagnosis dengan Diabetes Mellitus tipe 2. Relaksasi autogenik dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif terapi non-obat yang mudah dilakukan di rumah. Penerapan teknik relaksasi autogenik yang rutin, dapat membantu mengurangi stres, menjaga kestabilan gula darah, dan mencegah komplikasi yang lebih serius secara mandiri.