

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terhadap 36 responden tentang pengaruh senam diabetes terhadap skor depresi pada pasien diabetes militus tipe II di Persadia RS. Islam Klaten, didapatkan kesimpulan :

1. Karakteristik responden berdasarkan usia rata-rata adalah 49 tahun, sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 23 (76,7%). Pekerjaan responden sebagian besar adalah Buruh sebanyak 12 (40,0%) Suku bangsa didominasi suku jawa sebanyak 28 (93,3%).
2. Rerata skor depresi sebelum dilakukan intervensi senam diabetik adalah 7,400 dan setelah dilakukan intervensi senam diabetik menurun menjadi 2,166.
3. Terdapat pengaruh yang signifikan senam diabetes terhadap skor depresi pada pasien diabetes militus tipe II di Persadia RSI Klaten dengan nilai  $p=0.000$ .

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang dapat diberikan yaitu:

1. Bagi institusi Stikes Muhammadiyah Klaten

Senam diabetik untuk dimasukkan dalam kurikulum pendidikan sehingga dapat meningkatkan asuhan keperawatan pasien diabetes mellitus dan penurunan skor depresi.

2. Bagi pasien

Melakukan Senam diabetes secara teratur untuk menurunkan skor depresi pasien diabetes melitus.

3. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah bahan referensi dan bahan perbandingan untuk melakukan penelitian selanjutnya dan pemakaian instrumen yang lebih mendalam lagi pemaknaanya/isinya. Menyiapkan ruangan yang tenang dalam pengisian kuisisioner. Menggunakan pengukuran skor depresi dengan kuisisioner PHQ pada pasien khusus DM.

