

## **BAB V**

### **SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI**

#### **5.1 Simpulan**

Hasil penelitian yang di lakukan menunjukkan bahwa kekuatan otot tangan kanan pada pasien diabetes melitus tipe 2 sebagian besar yaitu 20 responden (42,6%) dengan kategori cukup. Memiliki kekuatan tangan kiri sebagian besar yaitu 20 responden (42,6%) dengan kategori lemah. Gambaran keseimbangan pada pasien diabetes melitus tipe 2 sebagian besar 17 responden (36,2%) dengan kategori kurang sekali. Hal ini tentunya di pengaruhi oleh karakteristik responden itu sendiri seperti jenis kelamin, usia, IMT, aktivitas fisik dan riwayat penyakit. Dalam hal ini peneliti hanya menggambarkan secara garis besar-besarnya saja tanpa melakukan perbandingan antara diabetes melitus tipe 2 dan kekuatan otot tangan, keseimbangan.

#### **5.2 Implikasi**

Implikasi dari penelitian ini bagi pasien diabetes mellitus tipe 2 di UPT Puskesmas sukajadi adalah menjadi dasar untuk merencanakan sebuah program peningkatan aktivitas kesehatan yang tidak berbahaya bagi pasien diabetes melitus tipe 2 karena sebagian besar melakukan aktifitas kesehatan salah satu nya aktifitas fisik yang sangat minim di lakukan.

Impilikasi dari penelitian ini juga di harapkan akan berdampak pada semakin baiknya tingkat kekuatan otot tangan dan keseimbangan pada pasien diabtes melitus tipe 2 agar menunjang dalam kehidupan sehari-hari, dalam melakukan upaya lanjutan untuk menerapkan strategi promosi kesehatan serta menyusun rencana terkait penyuluhan pentingnya menjaga kebugaran tubuh pada pasien diabtes melitus tipe 2 dalam menurunkan upaya untuk menekan angka kesakitan dan kematian akibat penurunan kebugaran tubuh pada pasien diabetes melitus tipe 2.

#### **5.3 Rekomendasi**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah di lakukan terdapat beberapa rekomendasi yang ingin di sampaikan oleh penulis terkait dengan gambaran kekuatan otot tangan dan keseimbangan pada pasien diabetes melitus tipe 2. Rekomendasi- rekomendasinya adalah sebagai berikut :

**Sindi Novitasari, 2019**

*GAMBARAN KEKUATAN OTOT TANGAN DAN KESEIMBANGAN PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE2*  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

### **5.3.1 Secara Praktis**

#### **a. Bagi Masyarakat**

Sebagai sumber informasi bagi keluarga di rumah yang memiliki penyakit diabetes melitus tipe 2, sehingga dapat merancang program yang bisa meningkatkan kebugaran tubuh agar terhindar dari kekakuan sendi dan pengecilan tonus otot.

#### **b. Bagi Institusi Pendidikan**

Sebagai dokumen dan bahan bacaan untuk menambah pengetahuan bagi mahasiswa program studi DIII keperawatan Universitas pendidikan Indonesia mengenai Otot tangan dan keseimbangan sehingga dapat di gunakan sebagai bahan pengajaran dalam pendidikan keperawatan terutama keperawatan medikal bedah dan keperawatan olahraga.

#### **c. Bagi Pelayanan Kesehatan Institusi**

Hasil penelitian ini dapat di jadikan sebagai gambaran bagi pegawai puskesmas yang mengelola prolans sehingga dapat merencanakan kegiatan aktifitas fisik dan bisa meningkatkan kebugaran tubuh pada pasien diabtes mekitus tipe 2 agar terhindar dari penurunan kekuatan otot dan kesimbangan.

### **5.3.2 Secara Teoritis**

Penelitian ini hanya mengidentifikasi gambaran kekuatan otot tangan dan keseimbangan pada pasien diabetes melitus tipe 2 . Penelitian ini di harapkan dapat menjadi dasar penelitiann selanjutnya terutama untuk meneliti faktor-faktor yang memengaruhi kekuatan otot tangan dan keseimbangan pada pasien diabetes melitus tipe 2.