

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Simpulan pada penelitian ini ialah untuk mengetahui pengaruh *brain gym therapy* terhadap tingkat depresi pasien diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Kuta Utara tahun 2022.

1. Rentang usia pasien diabetes mellitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Kuta Utara terbanyak pada rentang usia ≥ 60 tahun yaitu sebanyak 11 orang (61,1 %). Jenis kelamin pada subjek penelitian yang lebih banyak adalah laki-laki sebanyak 10 orang (55,6%). Pendidikan tertinggi yaitu berpendidikan dasar yaitu sebanyak 9 orang (50,0%), dan pekerjaan tertinggi ialah tidak bekerja yaitu sebanyak 11 orang (61,1 %).
2. Hasil analisa data menunjukkan skor depresi pada pasien diabetes melitus sebelum diberikan *brain gym therapy* yaitu skor tertinggi adalah 23 dan terendah adalah 14. Skor depresi sebelum diberikan perlakuan *brain gym therapy* pada subjek penelitian sebagian besar berada pada kategori depresi sedang yaitu sebanyak 10 orang (55,6%).
3. Hasil Analisa sesudah diberikan perlakuan *brain gym therapy* skor tertinggi adalah 20 dan terendah adalah 14. Skor depresi setelah diberikan perlakuan *brain gym therapy* pada subjek penelitian sebagian besar berada pada kategori depresi ringan yaitu sebanyak 15 orang (83,3%).

4. Penelitian ini menggunakan Uji *Wilcoxon* karena diketahui data berdistribusi tidak normal. Hasil uji *Wilcoxon*, diperoleh nilai $p = 0,008$. Karena nilai $p < 0,05$ berarti bahwa ada pengaruh *brain gym therapy* terhadap depresi pada pasien dengan diabetes melitus di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Utara Tahun 2022.

B. Saran

1. Bagi UPTD Puskesmas Kuta Utara Tahun 2022.

Peneliti mengharapkan kepada pihak di UPTD Puskesmas Kuta Utara Tahun 2022 untuk lebih meningkatkan program prolanis dan pemberian *brain gym therapy* secara berkala kepada pasien diabetes melitus.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi atau acuan untuk penelitian selanjutnya. Dalam penelitian selanjutnya disarankan untuk meneliti faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tingkat depersi pasien diabetes melitus. Disarankan pula dalam penelitian selanjutnya untuk melihat variabel pengganggu yang dapat mempengaruhi *brain gym therapy* terhadap tingkat depersi pasien diabetes melitus. Sehingga kedepannya diharapkan dapat menjadi acuan bagi petugas kesehatan dalam melakukan asuhan keperawatan.