

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah dilakukan penerapan senam diabetes mellitus dalam pemenuhan kebutuhan aktivitas fisik pada dua kasus keluarga dengan salah satu anggota penyandang diabetes mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping I oleh penulis, dapat disimpulkan bahwa :

1. Asuhan keperawatan pada dua keluarga dengan lansia penyandang diabetes mellitus diberikan dengan pendekatan proses keperawatan dengan hasil sebagai berikut :
 - a. Hasil pengkajian didapatkan bahwa pengetahuan keluarga Ny. K tentang diabetes mellitus cukup baik namun belum melaksanakan pengendalian diabetes dengan baik terutama dalam melakukan aktivitas fisik salah satunya senam, Ny. K mengeluh tangan dan kaki kesemutan dan kebas, GDS 218 mg/dl. Pada keluarga Ny. S pengendalian belum dilakukan dengan baik karena pengetahuan keluarga masih minim, Ny. S tidak pernah olahraga dan mengeluh sering BAK saat malam hari, banyak makan dan minum, GDS 245 mg/dl.
 - b. Setelah analisis data dan skoring prioritas masalah dilakukan, diagnosis keperawatan pada kasus I adalah manajemen kesehatan tidak efektif dan ketidakstabilan kadar glukosa darah, sedangkan diagnosis keperawatan pada kasus II yaitu pemeliharaan kesehatan tidak efektif dan ketidakstabilan kadar glukosa darah.

- c. Perencanaan keperawatan yang diberikan pada kedua kasus adalah edukasi kesehatan, edukasi latihan fisik : senam diabetes, dan manajemen hiperglikemia.
 - d. Implementasi dilakukan selama empat kali kunjungan dan dilaksanakan sesuai dengan perencanaan yang telah dibuat, namun penulis fokus pada pemberian edukasi latihan fisik : senam diabetes.
 - e. Evaluasi dilakukan pada kunjungan terakhir. Berdasarkan kriteria hasil, pada diagnosis manajemen kesehatan keluarga tidak efektif teratasi, pemeliharaan kesehatan tidak efektif teratasi sebagian, dan ketidakstabilan kadar glukosa darah teratasi.
2. Penulis telah mendokumentasikan asuhan keperawatan pada dua kasus keluarga dengan lansia penyandang diabetes mellitus sesuai tahapan proses keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, perencanaan keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan.
 3. Faktor pendukung dalam asuhan keperawatan pada kedua keluarga adalah keluarga kooperatif dan terbuka pada penulis, sarana dan prasarana yang dibutuhkan lengkap (buku SDKI, SLKI, SIKI, alat glucometer, laptop), sedangkan faktor penghambat dalam proses asuhan keperawatan adalah kehadiran keluarga yang tidak lengkap setiap kunjungan.

4. Penerapan senam diabetes mellitus pada dua kasus keluarga dengan lansia penyandang diabetes mellitus dapat membantu dalam upaya mengurangi keluhan kesemutan dan kebas pada kaki dan tangan, serta menurunkan kadar glukosa darah.

B. Saran

Berdasarkan hasil analisis data, pembahasan, keterbatasan penelitian, dan kesimpulan hasil penelitian, maka dapat dirumuskan saran penelitian sebagai berikut :

1. Bagi Keluarga

Keluarga yang memiliki anggota dengan diabetes mellitus sebaiknya berperan dalam pengendalian diabetes terutama dalam memberi dukungan untuk melakukan senam diabetes guna mencegah terjadinya komplikasi minimal tiga kali dalam seminggu.

2. Bagi Puskesmas

Sebaiknya pihak Puskesmas menindaklanjuti penerapan senam diabetes mellitus pada keluarga dengan anggota penyandang diabetes mellitus sebagai program tambahan pada Upaya Kesehatan Masyarakat (UKM) atau Upaya Kesehatan Perorangan (UKP).

3. Bagi Perawat

Perawat sebaiknya memberikan edukasi terkait senam diabetes pada penyandang DM dan keluarga serta dilakukan pemantauan dan evaluasi terkait penerapan senam diabetes yang sudah diajarkan agar perawat dapat mengetahui kepatuhan klien dalam pengendalian DM.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan khususnya mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta sebaiknya memperdalam pemahaman tentang senam diabetes agar dapat diaplikasikan sebagai pemenuhan kebutuhan aktivitas fisik pada penyandang diabetes mellitus.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya agar dapat meneliti lebih lanjut terkait penerapan senam diabetes dalam upaya pemenuhan kebutuhan aktivitas fisik pada lansia penyandang diabetes dengan pertimbangan peran keluarga yang lebih aktif dalam pendampingan responden selama penelitian berlangsung, durasi penelitian yang lebih lama (tidak hanya 3x pertemuan), dan evaluasi proses yang lebih baik.