BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Proses asuhan keperawatan dilakukan pada dua pasien selama 3 kali dalam 1 minggu, dimulai dari pengkajian pada tanggal 1 Mei 2025. Hasil pengkajian didapatkan kedua pasien menderita DM sejak > 5 tahun yang lalu dengan keluhan sering kesemutan, kadang kebas, dan kadang kram pada kedua kakinya. Berdasarkan pengkajian dan analisa data kedua pasien, diagnosa keperawatan yang dapat ditegakkan menurut SDKI (2017) yaitu Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah (SDKI D.0027) dan Perfusi Perifer Tidak Efektif (SDKI D.0009). Salah satu intervensi untuk diagnosis ketidakstabilan kadar glukosa darah dan perfusi perifer tidak efektif yang terdapat dalam SIKI (2017) adalah latihan fisik. Latihan fisik yang dipilih penulis yaitu berupa senam kaki diabetes menggunakan media kertas koran

Hasil dari penerapan senam kaki diabetes menggunakan media kertas koran yaitu efektif untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus tipe II, dibuktikan dengan adanya penurunan kadar gula darah sewaktu pada pasien. Nilai GDS pada kedua pasien sebelum melakukan senam kaki yaitu pada kategori tinggi terhadap kadar glukosa dalam darah. Hasil nilai GDS setelah melaksanakan senam kaki diabetes menggunakan media kertas koran selama 3 kali dalam 1 minggu kedua pasien adalah menurun menuju normal. Hasil perkembangan nilai GDS pada pasien pertama mengalami penurunan pada saat pengkajian terdapat nilai GDS 249 mg/dL dan pada pertemuan pertama GDS saat melakukan aktivitas fisik senam kaki diabetes menggunakan media kertas koran yaitu 207 mg/dL menurun menjadi 200 mg/dL, pada hari kedua GDS 198 mg/dL menurun menjadi 196 mg/dL, dan pada hari terakhir GDS 155 mg/dL menurun menjadi 149 mg/dL. Pada pasien kedua saat melakukan aktivitas fisik senam kaki diabetes

menggunakan media kertas koran yaitu 366 mg/dL dan pada pertemuan pertama GDS 193 mg/dL menurun menjadi 187 mg/dL, pada hari kedua GDS 231 mg/dL menurun menjadi 215 mg/dL, dan pada hari terakhir terjadi penurunan yang signifikan GDS dari 147 mg/dL menjadi 112 mg/dL. Terdapat perbedaan pada hasil kedua pasien, pasien pertama dengan penurunan yang normal dikarenakan pasien dari awal sudah menerapkan pola hidup dan pola makanan yang benar sedangkan pada pasien kedua terjadi penurunan yang signifikan dikarenakan pasien sebelumnya belum menerapkan pola hidup dan pola makan yang benar setelah intervensi dilakukan oleh penulis sehingga pasien mampu menerapkan pola hidup dan makan yang benar dengan melakukan aktivitas latihan fisik senam kaki diabetes menggunakan media kertas koran.

Dalam penerapan terapi aktivitas fisik senam kaki diabetes menggunakan media koran, penulis menentukan intervensi keperawatan dan menerapkan implementasi keperawatan dalam asuhan keperawatan. Setelah dilakukan implementasi keperawatan didapatkan evaluasi keperawatan terjadinya penurunan kadar glukosa darah pada kedua pasien dengan penerapan aktivitas latihan fisik senam kaki diabetes menggunakan media kertas koran.

B. Saran

Setelah peneliti melakukan penerapan senam kaki diabetes melitus menggunakan media kertas terdapat beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan kepada pihak yang terkait dalam bidang keperawatan antara lain :

1. Bagi Rumah Sakit

Hasil penerapan penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi puskesmas khususnya dalam memberikan gambaran mengenai pembuatan SOP senam kaki diabetes yang dapat diterapkan dalam pelaksanaan senam kaki diabetes melitus,

khususnya untuk mengurangi gangguan pada sirkulasi darah di kaki pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Wilayah kerja Rumah Sakit Umum Daerah Wonosari.

2. Bagi Perawat Rumah Sakit

Diharapkan dengan adanya penerapan senam kaki diabetes menggunakan media kertas pada pasien diabetes melitus tipe 2 dapat menerapkan tindakan keperawatan dan menjadi salah satu cara alternatif untuk mengurangi gangguan sirkulasi darah pada penderita diabetes melitus tipe 2. Diharapkan juga dapat memeriksa nilai GDS pada pasien diabetes melitus tipe 2 agar resiko terhadap penyakit penyumbatan darah di kaki berkurang. Selain itu, dapat memberikan dukungan sosial, dukungan psikologi, dan tindak lanjut kepada pasien diabetes melitus tipe 2 yang tidak mau menjalani pengobatan serta melakukan pemeriksaan.

3. Bagi Institusi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Diharapkan dapat menjadi referensi dan masukkan mengenai penerapan senam kaki diabetes melitus menggunakan media kertas.

4. Bagi Mahasiswa Selanjutnya

Diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dan pengalaman pribadi dari segi ilmiah dalam menerapkan ilmu yang telah diperoleh. Diharapkan juga dapat dijadikan *data based* untuk jurnal dan penelitian selanjutnya.