

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari proses asuhan keperawatan terhadap klien Ny. S dengan diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Godean 1 dan hasil pengkajian awal didapatkan bahwa klien Ny. S menderita diabetes mellitus dengan masalah keperawatan yaitu ketidakstabilan kadar glukosa darah dan kedua yaitu terkait kesiapan peningkatan derajat kesehatan.

Pada pengkajian didapatkan data bahwa Ny. S menderita diabetes mellitus sejak 15 tahun terakhir. Dan dengan keluhan sering merasa kram, kesemutan dan nyeri pada lutut kanan. Selain itu berdasarkan hasil pemeriksaan kadar glukosa darah didapatkan hasil 350 mg/dl. Serta klien juga mengatakan bahwa hendak mengetahui lebih banyak terkait pengobatan lain guna mengontrol kestabilan kadar glukosa darah selain dengan terapi medis.

Adapun rencana tindakan intervensi keperawatan yang akan dilakukan terkait masalah keperawatan utama pada klien yaitu melakukan edukasi latihan fisik pada diabetes mellitus guna mengontrol kestabilan glukosa darah yaitu dengan memberikan informasi baik definisi, tujuan, manfaat, intensitas latihan dan mengajarkan terapi relaksasi otot progresif bersama dengan klien. Selain dengan melakukan edukasi juga dilakukan pengecekan kadar glukosa darah baik sebelum tindakan latihan relaksasi otot progresif atau pun sesudah latihan.

Implementasi asuhan keperawatan edukasi latihan fisik terapi relaksasi otot progresif dengan Ny. S dilakukan selama 3 hari sebanyak 3 kali latihan didampingi oleh penulis dengan waktu sekitar 20-25 menit terhitung dari tanggal 26 sampai dengan 28 Juli 2023. Kemudian untuk 3 kali latihan lainnya dilakukan secara mandiri oleh klien Ny. S dengan bantuan video *youtube* prosedur relaksasi otot progresif. Dan untuk pengecekan kadar glukosa darah dilakukan di hari pertama sebelum latihan relaksasi otot progresif sebagai data pre dan pengecekan kembali setelah latihan ke enam hari ketiga latihan sebagai data post terapi relaksasi otot progresif.

Evaluasi dari asuhan keperawatan yang telah dilakukan selama tiga hari berturut-turut sesuai diagnosa ketidakstabilan kadar glukosa darah didapatkan hasil bahwa ada pengaruh dari latihan relaksasi otot progresif dari hasil pemeriksaan pre yaitu 216 mg/dl dan hasil post latihan yaitu 189 mg/dl, hal ini menunjukkan bahwa nilai kadar glukosa darah ≤ 200 mg/dl. Selain itu setelah dilakukan edukasi latihan dengan pendampingan klien juga mampu melakukan latihan relaksasi otot progresif secara mandiri dan mampu menyebutkan tujuan dari terapi latihan.

Klien juga mengatakan bahwa sebelum dilakukan terapi relaksasi otot progresif mengeluhkan sering mengalami kram, kesemutan dan nyeri dibagian lutu kanan, namun setelah dilakukan terapi relaksasi otot progresif selama 3 hari berturut-turut klien mengatakan merasakan tegangan di otot dan keluhan kram serta kesemutan berkurang.

B. Saran

1. Bagi Program Studi Profesi Ners

Hasil karya ilmiah akhir ners ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi mengajar serta pengembangan ilmu pengetahuan khususnya pada asuhan keperawatan diabetes mellitus pada keluarga.

2. Bagi perawat dan Puskesmas Godean 1

Hasil karya ilmiah akhir ners ini dapat menjadi bahan masukan dan sebagai bukti nyata terkait penerapan terapi nonfarmakologi pada asuhan keperawatan dengan diabetes mellitus.

3. Bagi Mahasiswa

Hasil karya ilmiah akhir ners ini dapat menjadi tambahan referensi dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien dengan diabetes mellitus di keluarga.

4. Bagi Pasien dan Keluarga

Hasil karya ilmiah akhir ners ini dapat dijadikan sebagai bahan acuan dalam merawat anggota keluarga dengan diabetes mellitus. Dan pasien agar dapat rutin mengkonsumsi obat secara teratur.