

BAB V

PEMBAHASAN

A. Analisa Asuhan Keperawatan

1. Pengkajian

Setelah peneliti melakukan pengkajian kepada kedua klien didapatkan hasil bahwa penyakit diabetes mellitus klien merupakan riwayat dari ibu kedua klien namun adapun faktor yang mempengaruhi yaitu ketika masih muda kedua klien menyukai dan banyak mengkonsumsi makanan dan minuman manis. Kedua klien sudah mulai rutin meminum obat untuk mengontrol diabetes mellitus. Klien juga rutin mengikuti kegiatan posyandu lansia serta sudah mengurangi konsumsi gula. Pada saat pengkajian Ny.F mengeluhkan rasa kebas dan kesemutan pada kedua kakinya sedangkan Ny.T mengeluhkan kebas dan kesemutan pada tangan kanannya. Pada saat pengukuran kadar gula darah Ny.F 217 mg/dl dan Ny.T 426 mg/dl. Untuk obat yang dikonsumsi oleh Ny.F yaitu Metformin 2x500mg sedangkan Ny.F mengkonsumsi glimepiride 1x1mg

2. Diagnosa Keperawatan dan Intervensi

Dari hasil pengkajian yang didapat, peneliti menegakkan dua diagnosa yaitu diagnosa utama dan diagnosa resiko. Diagnosa utama yaitu kesiapan peningkatan manajemen kesehatan, kemudian diagnosa risiko yaitu risiko ketidakstabilan kadar glukosa darah. Diagnosa utama kesiapan peningkatan manajemen kesehatan ditegakkan berdasarkan hasil pengkajian yaitu kedua klien sudah rutin minum obat, kedua klien sudah mengetahui penyakitnya, kedua klien menjaga pola makan dan mengurangi asupan gula, serta kedua klien berpartisipasi untuk menjadi responden penelitian yang berhubungan penyakitnya sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua klien membutuhkan tambahan informasi untuk meningkatkan derajat mengenai informasi kesehatannya. Sedangkan untuk diagnosa risiko ketidakstabilan kadar

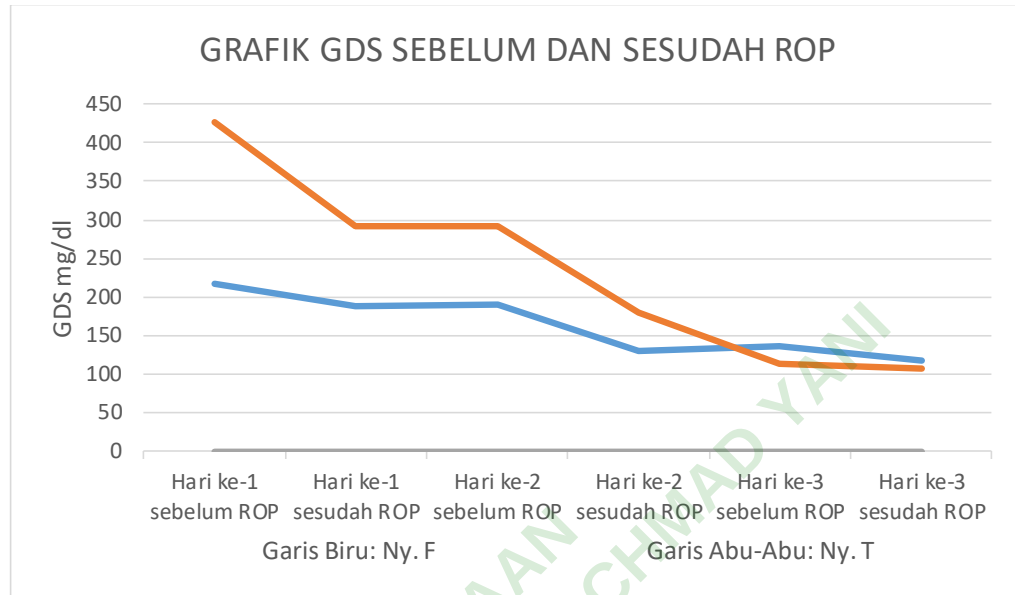
glukosa darah ditegakkan berdasarkan hasil pengkajian dan keluhan kedua klien yaitu klien sudah menderita penyakit diabetes mellitus sejak lama dan rutin kontrol ke Puskesmas dan minum obat diabetes mellitus serta adanya keluhan kebas dan kesemutan pada tangan dan kaki klien. Dapat diketahui bahwa seseorang yang sudah di diagnose diabetes mellitus tidak dapat disembuhkan namun bisa kontrol dengan rutin meminum obat dan menjaga pola makan serta olahraga rutin.

3. Hasil Intervensi dan Implementasi Keperawatan

Intervensi yang diberikan peneliti pada klien yaitu relaksasi otot progresif bermanfaat untuk menstabilkan kadar gula darah dan dapat melancarkan peredaran darah. Intervensi relaksasi otot progresif dilakukan selama tiga hari berturut-turut selama 10-15 menit. Sedangkan pengukuran gula darah dilakukan sebelum dan sesudah melakukan relaksasi otot progresif. Hasil pengukuran kadar gula darah sebelum melakukan relaksasi otot progresif pada hari pertama yaitu Pada Ny.F 217 mg/dl dan Ny.T 426 mg/dl dan terjadi penurunan yang signifikan sampai hari ketiga yaitu Ny.F 117 mg/dl dan Ny.T 107 mg/dl. Sehingga dari hasil intervensi relaksasi otot progresif dan dapat disimpulkan bahwa relaksasi otot progresif dapat membantu mengontrol kadar gula darah serta melancarkan peredaran darah sehingga rasa kebas dan kesemutan pada klien berkurang.

B. Pembahasan Intervensi Terapi Relaksasi Otot Progresif

Setelah dilakukan intervensi relaksasi otot progresif hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan kadar gula darah sebelum dan sesudah relaksasi otot progresif.



Berdasarkan tabel diatas menunjukan hasil sebelum dan sesudah mendapatkan relaksasi otot progresif yang dilakukan selama 15 menit selama tiga hari berturut-berturut. Pada hari pertama sebelum melakukan relaksasi otot progresif kadar gula darah Ny.F 217 mg/dl dan sesudah relaksasi otot progresif 189 mg/dl angka tersebut menunjukan adanya penurunan kadar gula darah sebanyak 28 mg/dl. Sedangkan pada Ny.T sebelum relaksasi otot progresif kadar gula darah Ny.T 426 mg/dl kemudian setelah melakukan relaksasi otot progresif turun menjadi 292 mg/dl yang menunjukan bahwa adanya penurunan sebesar 134 mg/dl. Pada hari kedua sebelum melakukan relaksasi otot progresif kadar gula darah Ny.F 191 mg/dl dan sesudah relaksasi otot progresif 129 mg/dl angka tersebut menunjukan adanya penurunan kadar gula darah sebanyak 62 mg/dl. Sedangkan pada Ny.T sebelum relaksasi otot progresif kadar gula darah Ny.T 292 mg/dl kemudian setelah melakukan relaksasi otot progresif turun menjadi 179 mg/dl yang menunjukan bahwa adanya penurunan sebesar 113 mg/dl. Kemudian pada intervensi hari ketiga sebelum melakukan relaksasi otot progresif kadar gula darah Ny.F 136 mg/dl dan sesudah relaksasi otot progresif 117 mg/dl angka tersebut menunjukan adanya penurunan kadar gula darah

sebanyak 19 mg/dl. Sedangkan pada Ny.T sebelum relaksasi otot progresif kadar gula darah Ny.T 113 mg/dl kemudian setelah melakukan relaksasi otot progresif turun menjadi 107 mg/dl yang menunjukkan bahwa adanya penurunan sebesar 6 mg/dl.

Berdasarkan hasil intervensi relaksasi otot progresif sebelum dan sesudah dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara relaksasi otot progresif terhadap penurunan kadar gula darah pada klien dengan diabetes mellitus tipe II. Relaksasi otot progresif yang dilakukan secara terus menerus memberikan manfaat terhadap penurunan HbA1C, sehingga pada klien dengan diabetes mellitus tipe II jika melakukan aktivitas fisik secara rutin dapat mengendalikan kadar gula darah sewaktu. Hal tersebut disebabkan karena pada saat melakukan relaksasi otot progresif terjadi peningkatan dan perubahan permeabilitas membrane sel (Meilani et al., 2020).

Peningkatan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe II disebabkan oleh beberapa faktor yaitu obesitas, gaya hidup, pola makan yang kurang teratur, kurangnya aktivitas fisik, proses penuaan, perokok dan stress (Pramono et al., 2019). Penatalaksanaan diabetes mellitus berfokus pada obat-obatan, aktivitas fisik dan gaya hidup. Pengontrolan diabetes mellitus seperti diet, penurunan berat badan, olahraga dan meminum obat secara rutin dapat dilakukan untuk menjaga kadar gula agar tetap dalam rentang normal (Hamidah et al., 2023).

Relaksasi otot progresif merupakan terapi non-farmakologis yang dapat merilekskan otot tubuh. Kondisi terjadinya perubahan impuls menimbulkan rasa rileks seperti rileks fisik maupun rileks mental serta melambatnya denyut jantung, serta metabolisme tubuh yang mengurangi peningkatan kadar glukosa dalam darah (Sari & Harmanto, 2020). Latihan relaksasi otot progresif yang menghasilkan ketegangan otot kemudian menghentikan tegangan tersebut menjadikan otot rileks sehingga ketegangan menjadi hilang (Hamidah et al., 2023).

Terjadinya kestabilan gula darah pada kedua klien dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu faktor farmakologis dan non-farmakologis. Pada faktor farmakologis dapat diketahui dengan rutinnya kedua klien meminum obat. Pada Ny.F obat yang dikonsumsi metformin 2x500mg sedangkan Ny.T yaitu glimepiride 1x1mg. Metformin dan glimepiride merupakan obat yang bekerja untuk mengendalikan peningkatan kerja hormon insulin serta mengurangi pembentukan gula dalam darah (Panamuan et al., 2021). Sedangkan faktor non-farmakologis yaitu pola makan yang teratur, gaya hidup dan aktivitas tubuh. Dapat diketahui bahwa penderita diabetes mellitus harus menerapkan gaya hidup sehat serta pola makan teratur karena hal tersebut dapat mempengaruhi gula dalam darah. Jika gula dalam darah tidak stabil akan menyebabkan efek fatal pada penderita diabetes mellitus (Hilda et al., 2023). Sedangkan aktivitas fisik yang dapat merilekskan tubuh berpengaruh memberikan rasa tenang pada individu sehingga peredaran darah lancar dan dapat mengontrol peningkatan kadar gula darah (Karokaro & Riduan, 2019).