

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus mengenai implementasi pemberian cuka apel dalam penurunan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Tegal Selatan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Hasil pengkajian keperawatan pada pasien Ny. R, seorang perempuan berusia 56 tahun menunjukkan adanya keluhan sering merasa haus, sering buang air kecil terutama pada malam hari (poliuria), mudah lelah, serta mengalami gangguan pola tidur akibat sering terbangun untuk berkemih. Hasil pemeriksaan gula darah sewaktu (GDS) awal sebesar 275 mg/dL menunjukkan kondisi hiperglikemia.
2. Berdasarkan hasil pengkajian, ditegakkan dua diagnosa keperawatan yaitu Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah (D.0027) berhubungan dengan hiperglikemia atau gangguan toleransi glukosa darah sebagai diagnosa prioritas, dan Gangguan Pola Tidur (D.0055) berhubungan dengan kurang kontrol tidur.
3. Intervensi keperawatan yang diberikan mengacu pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), yaitu Manajemen Hiperglikemia (I.03115) dan Dukungan Tidur (I.05174). Selain tindakan observasi, terapeutik, dan edukasi, diberikan terapi komplementer berupa konsumsi cuka apel sebanyak 15 ml yang dilarutkan dalam 250 ml air, diberikan dua kali sehari selama lima hari sebagai terapi pendukung dalam membantu mengendalikan kadar glukosa darah.
4. Implementasi keperawatan dilakukan selama lima hari secara bertahap meliputi pemantauan kadar glukosa darah, edukasi mengenai pengelolaan Diabetes Melitus, pengaturan pola makan, aktivitas fisik, dukungan tidur, serta pemberian cuka apel. Selama pelaksanaan tindakan, pasien kooperatif, mampu mengikuti edukasi, serta tidak mengalami efek samping setelah mengonsumsi cuka apel.

5. Hasil evaluasi menunjukkan adanya perkembangan kondisi pasien. Pada diagnosa Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah, kadar glukosa darah mengalami penurunan bertahap dari 275 mg/dL menjadi 204 mg/dL, disertai berkurangnya rasa haus, frekuensi buang air kecil, dan rasa lelah, meskipun masalah masih teratasi sebagian. Pada diagnosa Gangguan Pola Tidur, terjadi peningkatan kualitas tidur dari 4–5 jam menjadi sekitar 7–8 jam per malam sehingga masalah dinyatakan teratasi. Hasil studi kasus menunjukkan bahwa pemberian cuka apel sebagai terapi komplementer yang disertai edukasi, pemantauan kadar glukosa darah, pengaturan pola makan, dan perubahan gaya hidup berpotensi membantu pengendalian kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Melitus.

B. Saran

1. Bagi Pasien dan Keluarga

Pasien diharapkan tetap menerapkan pola hidup sehat dengan mematuhi diet Diabetes Melitus, melakukan aktivitas fisik sesuai kemampuan, memantau kadar glukosa darah secara rutin, serta mengikuti anjuran tenaga kesehatan. Penggunaan cuka apel sebagai terapi komplementer sebaiknya tetap dikonsultasikan dengan tenaga kesehatan dan tidak digunakan sebagai pengganti terapi medis yang telah diberikan. Setelah pelaksanaan terapi cuka apel, pasien disarankan tetap menjalani pengobatan Diabetes Melitus sesuai resep dan anjuran tenaga kesehatan karena cuka apel hanya berperan sebagai terapi pendukung dalam membantu pengendalian kadar glukosa darah.

2. Bagi Perawat

Perawat diharapkan dapat memberikan edukasi yang berkesinambungan mengenai pengelolaan Diabetes Melitus serta mempertimbangkan terapi komplementer yang telah memiliki bukti ilmiah, seperti pemberian cuka apel, sebagai terapi pendukung dalam memberikan asuhan keperawatan secara komprehensif. Perawat juga perlu menekankan kepada pasien bahwa terapi komplementer tidak menggantikan terapi farmakologis yang telah diresepkan.

3. Bagi Puskesmas atau Pelayanan Kesehatan

Puskesmas diharapkan dapat meningkatkan program edukasi dan promosi kesehatan mengenai pengendalian Diabetes Melitus melalui penyuluhan, pemantauan kadar glukosa darah secara berkala, serta pendampingan pasien dalam menerapkan pola hidup sehat sehingga komplikasi Diabetes Melitus dapat dicegah. Selain itu, tenaga kesehatan perlu mengedukasi pasien bahwa penggunaan cuka apel hanya sebagai terapi pendukung dan tetap harus disertai dengan pengobatan Diabetes Melitus sesuai indikasi medis.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan dalam pembelajaran mengenai asuhan keperawatan pada pasien Diabetes Melitus, khususnya terkait penerapan terapi komplementer sebagai bagian dari intervensi keperawatan berbasis bukti.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan menggunakan jumlah responden yang lebih banyak, waktu intervensi yang lebih lama, serta menambahkan pemeriksaan laboratorium seperti HbA1c agar efektivitas pemberian cuka apel terhadap pengendalian kadar glukosa darah dapat dievaluasi secara lebih komprehensif dan memberikan hasil yang lebih kuat. Penelitian selanjutnya juga disarankan mengkaji efektivitas pemberian cuka apel yang dikombinasikan dengan terapi farmakologis Diabetes Melitus sesuai standar pengobatan, sehingga manfaat cuka apel sebagai terapi pendukung dapat dinilai secara lebih optimal.