

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan asuhan keperawatan berbasis *Evidence-Based Practice* melalui implementasi senam diabetik menggunakan media plastisin pada Ny. W dengan Diabetes Melitus Tipe II di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Brebes Desa Pengempon yang dilaksanakan pada tanggal 14 hingga 16 Mei 2026, maka penulis menarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Pengkajian Keperawatan: Pengkajian pada Ny. W (60 tahun) menunjukkan adanya keluhan subjektif berupa gejala klasik trias DM (poliuria 5–8 kali sehari terutama malam hari, polidipsia, dan polifagia), lemas, pusing, serta manifestasi klinis neuropati perifer berupa rasa kebas, kaku, dan kesemutan pada area mata kaki hingga jari-jari kaki. Secara objektif didapatkan kondisi hiperglikemia berat dengan kadar Gula Darah Sewaktu (GDS) mencapai 396 mg/dl dan hipertensi derajat 2 (tekanan darah 196/117 mmHg). Pasien memiliki riwayat kebiasaan mengonsumsi makanan/minuman manis serta langsung tidur setelah makan sebelum didiagnosis sakit pada tahun 2023.
2. Diagnosa Keperawatan: Diagnosa keperawatan prioritas utama yang ditegakkan berdasarkan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI) adalah Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah berhubungan dengan hiperglikemia yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah sewaktu dan adanya keluhan kebas serta kesemutan akibat komplikasi neuropati diabetik.
3. Intervensi Keperawatan: Perencanaan keperawatan disusun secara komprehensif mengacu pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) dengan intervensi utama Manajemen Hiperglikemia (I.03115). Rencana tindakan yang ditetapkan meliputi pemantauan kadar glukosa darah berkala, edukasi diet diabetes, kepatuhan minum obat oral (Metformin, Glimepiride, Amlodipin), serta penerapan terapi inovatif non-

farmakologis berupa senam kaki diabetik menggunakan media plastisin dengan durasi 15–30 menit per sesi selama 3 hari berturut-turut pada pagi hari.

4. Implementasi Keperawatan: Tindakan keperawatan dilaksanakan secara konsisten selama tiga hari. Pasien diajarkan melakukan gerakan senam kaki diabetik konvensional yang diintegrasikan dengan manipulasi mekanis plastisin bermerek DAS seberat 1 kg di lantai menggunakan jari-jari kaki (seperti membentuk bola, meremas, memipihkan, memecah menjadi bagian kecil, dan menyatukannya kembali). Pasien menunjukkan respons yang sangat kooperatif, merasa nyaman, dan termotivasi karena media plastisin memberikan unsur bermain yang tidak monoton serta empuk saat digunakan.
5. Evaluasi Keperawatan: Evaluasi akhir (sumatif) setelah intervensi tiga hari menunjukkan efektivitas yang sangat signifikan. Keluhan DM (mengantuk, haus, lapar berlebih, dan poliuria) serta keluhan subjektif kaku dan kesemutan pada ekstremitas bawah berhasil diatasi sepenuhnya. Secara objektif, terjadi penurunan kadar glukosa darah sewaktu (GDS) yang drastis dari 396 mg/dl pada hari pertama menjadi 114 mg/dl (berada dalam rentang normal) pada hari ketiga, serta penurunan tekanan darah yang signifikan dari 196/117 mmHg menjadi 113/76 mmHg. Kondisi fisik dan aktivitas sehari-hari pasien juga mengalami peningkatan ke arah yang lebih stabil. Senam kaki diabetik menggunakan plastisin hanya sebagai terapi farmakologis tambahan bukan terapi utama, dikarenakan Ny W juga dibantu menggunakan obat oral berupa glimepiride, metformin

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, penulis merumuskan beberapa saran operasional yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak:

1. Bagi Subyek Penelitian (Ny. W) dan Keluarga: Diharapkan Ny. W dan keluarga dapat mempertahankan konsistensi pelaksanaan senam kaki diabetik menggunakan media plastisin secara mandiri di rumah sebagai rutinitas aktivitas fisik harian. Keluarga diharapkan tetap memberikan

dukungan sosial, memantau kepatuhan diet rendah gula, serta memastikan keteraturan konsumsi obat antidiabetes oral guna menjaga stabilitas kadar glukosa darah dan mencegah timbulnya komplikasi ulkus diabetik.

2. Bagi Tenaga Kesehatan dan Puskesmas Kecamatan Brebes: Diharapkan institusi pelayanan kesehatan setempat, khususnya perawat di Puskesmas, dapat mengintegrasikan program senam kaki diabetik dengan media plastisin ini ke dalam program promotif dan preventif, seperti pada kegiatan Posyandu Lansia atau Prolanis (Program Pengelolaan Penyakit Kronis). Media plastisin terbukti murah, aman, dan meningkatkan kepatuhan lansia karena memberikan stimulasi sensorik serta resistensi mekanis yang optimal.
3. Bagi Institusi Pendidikan (Universitas Harkat Negeri): Diharapkan Laporan Tugas Akhir ini dapat menambah khazanah kepustakaan akademik dan menjadi referensi bacaan ilmiah bagi mahasiswa Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, khususnya dalam pengembangan asuhan keperawatan gerontik berbasis Evidence-Based Practice pada pengelolaan penyakit Diabetes Melitus.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya: Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan memperluas subyek penelitian (jumlah sampel yang lebih besar), menambah durasi intervensi sesuai dengan rekomendasi klinis jangka panjang, serta mengukur variabel sirkulasi perifer lainnya secara kuantitatif seperti nilai *Ankle Brachial Index* (ABI) secara mendalam untuk memperkuat bukti ilmiah efektivitas media plastisin.