

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

1. Hasil pengkajian ditemukan data bahwa pasien merupakan pasien dengan diabetes mellitus. Pasien mengalami gangguan sirkulasi darah akibat peningkatan kadar gula dalam darah. Pasien mengeluh serig lemas, lesu dan pusing. Tampak terjadi peningkatan glukosa darah mencapai 234mg/dL. Terdapat luka jaringan kaki kiri pasien.
2. Diagnosa keperawatan prioritas yang ditegakkan peneliti pada pasien adalah ketidakstabilan kadar glukosa darah: hiperglikemia.
3. Intervensi yang diberikan pada pasien berupa manajemen hiperglikemi dengan melakukan intervensi senam diabetik.
4. Implementasi keperawatan untuk mengatasi masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah: hiperglikemia pasien Ny.A yaitu dengan senam diabetik. Penerapan teknik senam diabetik dilakukan dengan cara pasien didampingi oleh perawat dengan menggerakkan seluruh sendi kaki dan pergelangan kaki yang disesuaikan dengan kemampuan pasien. Latihan atau gerakan yang dilakukan oleh kedua kaki secara bergantian atau bersamaan.
5. Proses evaluasi keperawatan pada pasien dengan diabetes mellitus dengan masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah: hiperglikemi telah teratasi. *Evidence Based Practice* untuk membantu mengatasi masalah ketidakstabilan glukosa darah yaitu dengan senam diabetik telah terbukti efektif mengatasi masalah pada pasien diabetes mellitus.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Pasien**

Diharapkan untuk rutin mengikuti senam diabetik sebagai bagian dari pengelolaan mandiri guna membantu menstabilkan kadar glukosa darah. Selain itu, penting bagi pasien untuk menjaga pola makan seimbang, menghindari kebiasaan tidak sehat, serta rutin memeriksakan kadar gula darah dan kondisi kaki guna mencegah komplikasi. Keterlibatan aktif dalam program edukasi dan konsultasi dengan tenaga kesehatan juga sangat dianjurkan agar pengelolaan penyakit dapat dilakukan secara optimal..

### **2. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan**

Diharapkan mendukung kegiatan promosi kesehatan seperti pelatihan senam diabetik di masyarakat, khususnya di daerah pedesaan seperti Desa Ketunggeng. Selain itu, institusi juga dapat menyediakan fasilitas dan media edukasi yang memadai untuk mendukung peran perawat dan tenaga kesehatan lainnya dalam pengelolaan diabetes melitus secara holistik.

### **3. Bagi Penulis Selanjutnya**

Diharapkan untuk mengembangkan metode intervensi yang lebih bervariasi, misalnya dengan mengombinasikan senam diabetik dengan edukasi nutrisi atau manajemen stres, guna memberikan pendekatan yang lebih komprehensif dalam pengelolaan diabetes melitus pada lansia