

BAB V

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Pengkajian yang telah dilakukan selama 5 hari dan telah dilakukan intervensi selama 6 hari kepada Tn. E dan Ny. R didapatkan bahwa Tn. E mengalami Diabetes Melitus Tipe 2 dengan kadar gula darah sewaktu 379 mg/dL dengan keluhan terkadang kedua kaki terasa kebas dan kesemutan serta kaki terasa dingin, saat di kaji skor sensitivitas kaki kanan 10 dan skor sensitivitas kaki kiri 10. Sedangkan Ny. R mengalami Diabetes Melitus Tipe 2 dengan kada gula darah sewaktu 195 mg/dL dengan keluhan kedua kaki terasa kebas dan kaku terkadang Ny. R mengalami hipoglikemia, saat di kaji skor sensitivitas kaki kanan 7 dan sensitivitas kaki kiri 8.

Senam kaki dapat digunakan sebagai pengobatan tambahan untuk meningkatkan sensitivitas kaki dan menurunkan kadar gula darah. Pasien perlu mengonsumsi obat secara teratur dan menjaga pola makan sehat selain melakukan senam kaki. Penulis melakukan pendidikan kesehatan tentang diabetes melitus dan melakukan intervensi senam kaki kepada Tn. E dan Ny. R yang implementasinya dilakukan pada tanggal 01 November 2025 sampai dengan 06 November 2025.

Setelah implementasi hasil menunjukkan bahwa terdapat peningkatan sensitivitas kaki pada Ny. R sedangkan pada Tn. E sensitivitas kaki stabil berada di skor 10 pada kedua kaki. Selain itu

terdapat penurunan kadar gula darah pada Tn. E dan Ny. R, namun total penurunan kadar gula darah Ny. R lebih besar dibandingkan Tn. E. Keluhan Tn. E dan Ny. R jauh berkurang setelah diberikan intervensi senam kaki.

Selain itu, penulis menyarankan pasien untuk mengadopsi gaya hidup sehat dengan mengurangi konsumsi makanan dan minuman yang tinggi gula, berolahraga secara teratur, memeriksa kadar gula darah secara rutin, dan mengonsumsi obat-obatan sesuai resep.

5.2. Saran

5.2.1. Bagi Lansia

Bagi lansia yang menderita diabetes melitus tipe 2 disarankan agar dapat melakukan terapi nonfarmakologis seperti senam kaki untuk meningkatkan sensitivitas kaki dan menurunkan kadar gula darah.

5.2.2. Bagi STW RIA Pembangunan Cibubur

Bagi STW RIA Pembangunan disarankan untuk menjadikan senam kaki sebagai kegiatan rutin terjadwal bagi lansia dengan diabetes melitus tipe 2 untuk membantu melancarkan sirkulasi darah, menjaga sensitivitas kaki, dan mencegah komplikasi diabetes melitus tipe 2.

5.2.3. Bagi Perawat

Bagi perawat disarankan untuk menerapkan intervensi senam kaki sebagai terapi non farmakologi pada lansia dengan diabetes melitus tipe 2, dengan memperhatikan kondisi umum,

keamanan, serta teknik pelaksanaan yang benar guna mencegah komplikasi serta pemilihan media yang tepat seperti koran yang tipis untuk melakukan senam kaki diabetik.

5.2.4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan lebih meningkatkan pengetahuan serta keterampilan tentang intervensi senam kaki dengan subjek asuhan keperawatan lebih dari dua subjek, untuk meningkatkan standar perawatan keperawatan di masa depan. Dalam penelitian lebih lanjut, para peneliti juga dapat menggunakan terapi tambahan untuk meningkatkan sensitivitas kaki dan menurunkan kadar gula darah pada individu dengan diabetes mellitus tipe 2.

