

## **BAB V**

### **SIMPULAN & SARAN**

#### **A. Simpulan**

Setelah dilakukan asuhan keperawatan pada Ny. S dengan masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah akibat diabetes melitus menggunakan aktivitas fisik jalan kaki. Maka dapat disusun kesimpulan sebagai berikut ;

1. Berdasarkan hasil pengkajian pada Ny. S mengalami gula darah tinggi. Saat dilakukan pengkajian tentang gula darah Ny. S mendapatkan 300 mg/dl yang berarti pasien mengalami diabetes melitus. Ny. S mengatakan sering merasa haus, cepet merasalelah, dan sering buang air kecil dimalam hari.
2. Diagnosis keperawatan yang muncul pada Ny. S adalah ketidakstabilan kadar glukosa darah.
3. Intervensi keperawatan dilakukan selama 3x30 menit dengan intervensi pendukung edukasi kesehatan:aktivitas fisik jalan kaki sebagai metode aktivitas alternatif yang ringan.
4. Peneliti melakukan implementasi yaitu menjelaskan factor resiko diabetes yang dapat mempengaruhi kesehatan, mengajarkan prilaku hidup sehat dengan mengurangi makan snack-snack manis dan minuman yang mengandung gula banyak, mengajarkan strategi yang dapat digunakan untuk meningkatkan prilaku hidup sehat seperti olahraga ringan jalan kaki dan mengurangi makanan yang mengandung gula..
5. Hasil evaluasi keperawatan selama 3 x 30 menit adalah Ny. S mengatakan mengerti atas edukasi yang diterima dan pasien mengatakn mau menerapkan hidup sehat dan Ny. S mau rutin melakukan jalan kaki di pagi

hari selama 30 menit. Evaluasi dari pengelolaan kasus ketidakstabilan kadar glukosa darah ini menunjukkan keberhasilan penurunan 14 mg/dl dari 300 mg/dl menjadi 276 mg/dl dalam menggunakan metode aktivitas fisik jalan kaki namun belum sepenuhnya maksimal karena tidak semua indikator mencapai nilai tujuan.

## **B. Saran**

### **1. Penderita Diabetes Melitus**

Melalui tindakan yang diambil dalam penanganan kasus, penderita diabetes melitus dapat memanfaatkannya sebagai panduan dalam melakukan aktivitas ringan yang mengalami ketidakstabilan kadar glukosa darah dengan menerapkan aktivitas fisik jalan kaki.

### **2. Puskesmas Kediri I**

Puskesmas Kediri I dapat menjadikan karya tulis ini sebagai sumbangan pemikiran dan dapat menggunakan metode aktivitas fisik jalan kaki sebagai salah satu intervensi aktivitas fisik ringan untuk menangani penderita diabetes melitus dengan gangguan ketidakstabilan kadar glukosa darah serta sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya.

### **3. Bagi Peneliti**

Bagi Peneliti dapat menjadi landasan yang berharga dalam mengelola kasus-kasus sebagai seorang perawat, memungkinkan pengembangan kontinu dalam pengetahuan dan keterampilan. Hal ini penting untuk menjaga profesionalisme dalam menjalankan tugas, terutama ketika menghadapi kasus-kasus dengan gangguan komunikasi verbal atau kasus-kasus lainnya. Selain itu, kolaborasi dengan anggota tim kesehatan lainnya diperlukan untuk

memastikan pengkajian dan implementasi tindakan yang lebih optimal dan spesifik di masa depan.