BAB IV
SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan asuhan keperawatan pada Ny. S dengan masalah keperawatan Perfusi Perifer Tidak Efektif akibat Diabetes Mellitus Tipe 2 di Dusun Sangging, Desa Dawan Klod, Kecamatan Dawan, Kabupaten Klungkung, yang dilakukan melalui tahapan proses keperawatan meliputi pengkajian, penetapan diagnosis keperawatan, perencanaan intervensi, implementasi, serta evaluasi keperawatan, maka dapat ditarik beberapa simpulan sebagai berikut:

1. Pengkajian keperawatan pada Ny. S menunjukkan adanya tanda dan gejala gangguan perfusi perifer yang ditandai dengan keluhan kesemutan pada kedua kaki, akral teraba dingin, pengisian kapiler lebih dari 3 detik, nadi perifer teraba lemah, turgor kulit menurun, serta terdapat edema pada kedua ekstremitas bawah. Selain itu, hasil pemeriksaan menunjukkan kadar glukosa darah sewaktu sebesar 248 mg/dL yang mengindikasikan kondisi hiperglikemia pada pasien dengan riwayat Diabetes Mellitus sejak tahun 2019.
2. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan pada kasus ini yaitu perfusi perifer tidak efektif berhubungan dengan kurangnya aktivitas fisik dan kurangnya informasi mengenai upaya non farmakologis untuk meningkatkan sirkulasi perifer, yang dibuktikan dengan adanya keluhan parestesia pada kaki, CRT >3 detik, nadi perifer menurun, akral dingin, serta adanya edema pada ekstremitas bawah.
3. Intervensi keperawatan yang diberikan berfokus pada perawatan sirkulasi perifer dan edukasi latihan fisik. Intervensi tersebut meliputi observasi kondisi

sirkulasi perifer, perawatan kaki dan kuku, edukasi mengenai perawatan kulit dan kaki diabetik, serta pemberian pendidikan kesehatan mengenai latihan fisik berupa senam kaki diabetik sebagai terapi nonfarmakologis untuk membantu meningkatkan aliran darah perifer.

4. Implementasi keperawatan dilaksanakan selama lima hari dengan durasi 30 menit melalui kegiatan perawatan kaki, edukasi kesehatan, serta latihan senam kaki diabetik yang dilakukan secara bertahap dan terstruktur. Latihan ini dilakukan selama 15–30 menit per sesi dan dianjurkan secara rutin, sesuai dengan penelitian Afifah & Sari (2023) dalam jurnal *"Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Usia Dewasa Dengan Intervensi Senam Kaki Diabetes Melitus Untuk Mencegah Komplikasi Neuropatik Diabetikum Pada Ibu R"* yang menyatakan bahwa senam kaki dapat meningkatkan sirkulasi darah. Hal ini didukung oleh Franco et al. (2021) dalam jurnal "*foot exercise pada diabetes"* yang menjelaskan mekanisme *muscle pump*, serta Colberg et al. (2022) dalam *"Exercise and Type 2 Diabetes: The American College of Sports Medicine and the American Diabetes Association Joint Position Statement"* yang merekomendasikan aktivitas fisik 3–5 kali per minggu untuk memperbaiki sirkulasi dan kontrol glikemik.
5. Evaluasi keperawatan menunjukkan adanya perbaikan kondisi perfusi perifer pada pasien, yang ditandai dengan penurunan keluhan kesemutan, CRT membaik menjadi kurang dari 2 detik, akral terasa hangat, penurunan edema dari +3 menjadi +2, serta peningkatan kemampuan pasien dalam melakukan senam kaki diabetik secara mandiri. Namun demikian, masalah perfusi perifer

tidak efektif belum sepenuhnya teratasi dan masih memerlukan pemantauan serta latihan secara berkelanjutan.

B. Saran

Berdasarkan hasil pelaksanaan asuhan keperawatan dan simpulan yang telah diperoleh, maka penulis memberikan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi berbagai pihak, antara lain:

1. Bagi Pasien

Diharapkan pasien dapat mempertahankan dan meningkatkan perilaku hidup sehat dengan cara mengontrol kadar gula darah secara rutin, mematuhi pengobatan yang telah dianjurkan oleh tenaga kesehatan, serta melakukan perawatan kaki secara teratur. Selain itu, pasien juga diharapkan mampu melakukan senam kaki diabetik secara mandiri di rumah sesuai dengan frekuensi dan durasi yang telah dianjurkan, sehingga dapat membantu meningkatkan sirkulasi darah pada ekstremitas bawah serta mencegah terjadinya komplikasi pada kaki diabetik. Dukungan keluarga juga sangat diperlukan dalam membantu mengingatkan pasien untuk tetap konsisten dalam menjalankan program perawatan dan latihan tersebut.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan bagi perawat pemegang program PTM di puskesmas dapat mengimplementasikan senam kaki diabetik sebagai terapi nonfarmakologis pada pasien Diabetes Mellitus dengan durasi 15–30 menit per sesi dan frekuensi 3–5 kali per minggu, sesuai rekomendasi dalam jurnal "*Exercise and Type 2 Diabetes: The American College of Sports Medicine and the American Diabetes Association Joint Position Statement*" (Colberg et al., 2022). Didukung oleh "*foot exercise pada diabetes*" (Franco et al., 2021) dan "*Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap*

Perkembangan Usia Dewasa Dengan Intervensi Senam Kaki Diabetes Melitus Untuk Mencegah Komplikasi Neuropatik Diabetikum Pada Ibu R" (Afifah & Sari, 2023), senam kaki terbukti efektif meningkatkan perfusi perifer. Oleh karena itu, kegiatan ini dapat diintegrasikan dalam program puskesmas seperti Prolanis secara terjadwal dan berkelanjutan.

3. Bagi Penulis

Laporan kasus ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi serta bahan pembelajaran dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya terkait dengan asuhan keperawatan pada pasien Diabetes Mellitus dengan masalah perfusi perifer tidak efektif. Penulis selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan metode yang lebih komprehensif, jumlah responden yang lebih banyak, serta waktu observasi yang lebih panjang sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih luas mengenai efektivitas intervensi keperawatan dalam meningkatkan perfusi perifer pada pasien Diabetes Mellitus.