

BAB IV

PEMBAHASAN

Asuhan keperawatan pada klien Ny.J dengan Diabetes Mellitus Tipe II dilakukan sejak 13 April 2023 sampai 16 April 2023. Pengkajian dilakukan di rumah pasien pada tanggal 13 April 2023 dengan data yang didapatkan yaitu pasien mengatakan saat ini kepala terasa pusing. Pasien mengatakan pandangan mulai kabur. Pasien mengatakan badan terasa lemas. Pasien mengatakan sering kesemutan terutama saat setelah duduk bersila atau jongkok dalam waktu lama, Pasien mengatakan sangat jarang mengukur gula darah sewaktu, Pasien mengatakan dalam pola makan minum tidak memperhatikan makanan pantangan untuk penyakit DM, Pasien mengatakan merasa gelisah dan cemas terhadap penyakitnya, Pasien mengatakan kurang memahami secara spesifik penyakitnya, Pasien mengatakan cemas jika terdapat luka akan sulit sembuh, Pasien mengatakan sering BAK malam hari lebih dari 3 kali (tidak memperhatikan seberapa banyak kencing yang keluar). Pasien mengatakan mempunyai riwayat penyakit DM sejak 2 bulan yang lalu. GDS pasien 201 mg/dL, Pasien tampak lelah dan lesu.

Masalah keperawatan utama adalah yang didapatkan sesuai dengan prioritas masalah yang telah disusun yaitu ketidakefektifan manajemen kesehatan keluarga b.d kurang terpapar informasi Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan pasien mengatakan sering kesemutan terutama saat setelah duduk bersila atau jongkok dalam waktu lama, Pasien mengatakan sangat jarang mengukur gula

darah sewaktu, Pasien mengatakan dalam pola makan minum tidak memperhatikan makanan pantangan untuk penyakit DM, Pasien mengatakan merasa gelisah dan cemas terhadap penyakitnya, Pasien mengatakan cemas jika terdapat luka akan sulit sembuh, Pasien mengatakan badan terasa lemas. Maka dilakukan tindakan keperawatan tentang edukasi kesehatan Dan melakukan edukasi senam kaki untuk diabetes mellitus.

Menyusun jadwal pendidikan kesehatan sesuai kesepakatan, Memberikan kesempatan untuk bertanya, Menjelaskan cara penanganan masalah kesehatan, Menginformasikan sumber yang tepat yang tersedia dimasyarakat, Mengarahkan menggunakan fasilitas kesehatan, Mengajarkan menentukan perilaku spesifik yang akan di ubah, Mengajarkan program kesehatan dalam kehidupan sehari-hari, Memberikan informasi tentang pencarian dan penggunaan sistem fasilitas pelayanan kesehatan, Memberikan informasi tentang cara pemeliharaan kesehatan yang baik, Memberikan informasi tentang melapor jika merasakan tanda dan gejala memberat atau tidak biasa . Melakukan konsultasi dengan medis jika tanda dan gejala hiperglikemia tetap ada atau memburuk, Mengajarkan mengukur kadar glukosa darah secara mandiri, Memberikan informasi tentang manfaat senam kaki, mengajarkan pasien melakukan senam kaki selama 30 menit, memberikan informasi tentang kepatuhan terhadap diet dan olahraga.

Menurut Elda Nazrati, Diana Pratiwi, Tuti Restuastuti,dkk (2018) Perilaku pasien yang didasari oleh pengetahuan dan sikap yang positif akan berlangsung langgeng. Pengetahuan yang diinformasikan kepada pasien DM, akan membuat pasien mengerti akan mengenai penyakitnya dan mengerti bagaimana harus

mengubah cara berperilakunya dalam menghadapi penyakit tersebut. Dimana domain yang sangat penting untuk membentuk perilaku, sebab dari perilaku dengan pengetahuan akan lebih baik. Dari pengetahuan yang bagus maka mengenai penyakitnya akan mempengaruhi pasien melakukan tatalaksana dan menjalani pengobatan dengan baik pula. Dari tingkat pengetahuan yang dimiliki penderita akan mendorong penderita untuk patuh menjalani pengobatan dan mendengarkan instruksi dari petugas kesehatan. Sebaliknya, Tingkat pengetahuan yang rendah akan dapat mempengaruhi pola makan sehingga mengakibatkan kenaikan kadar glukosa dalam darah.

Analisis Salah Satu Intervensi Dengan Konsep Dan Penelitian Terkait

Setelah mendapatkan ketiga masalah keperawatan pada tinjauan kasus, salah satu intervensi yang dilakukan penulis yaitu sehubungan dengan masalah keperawatan yang utama yaitu ketidakefektifan manajemen kesehatan keluarga bd kurang terpapar informasi, penulis melakukan salah satu intervensi yang dapat dilakukan untuk mempercepat proses penurunan kadar glukosa dalam darah yang salah satunya yaitu senam kaki.

Salah satu asuhan keperawatan pada pasien diabetes adalah dengan teknik senam kaki. Senam kaki merupakan asuhan keperawatan yang dilakukan perawat pada pasien diabetes mellitus yang belum terjadi perlukaan pada permukaan kulitnya. Maka perawat dituntut untuk mempunyai pengetahuan dan keterampilan yang lebih terkait dengan proses perawatan pasien Diabetes Mellitus yang dimulai dari pengkajian yang komprehensif, hingga evaluasi hasil yang ditemukan selama perawatan serta dokumentasi hasil yang sistematis (Agustina, 2015).

Menurut Soegondo, dkk (2012) latihan senam kaki dapat dilakukan setiap hari secara teratur dengan posisi berdiri, duduk, dan tidur, dengan cara menggerakkan kaki dan sendi-sendi kaki. Peran kita sebagai perawat adalah membimbing pasien untuk melakukan senam kaki secara mandiri. Dengan melakukan senam kaki maka dapat menyebabkan pemulihan fungsi saraf perifer dengan menghambat reduktase aldosa (AR) yang mengakibatkan meningkatnya NADPH (Nicotinamide Adenine Dinucleotide Fosfat Hidroksida). Peningkatan NADPH dapat berkontribusi dalam meningkatkan sintesis nitrat oksida (NO), dimana nitrat oksida (NO) dapat menghilangkan hipoksia pada saraf perifer. Peningkatan endotel yang berasal dari nitrat oksida (NO) juga dapat mengakibatkan pemulihan fungsi saraf pada pasien diabetes perifer neuropati (Tarwoto, dkk 2012).

Kadar gula darah pada orang yang mengalami diabetes mellitus cenderung dapat dikontrol atau diturunkan dengan melakukan aktivitas, salah satunya yaitu senam kaki. Senam kaki harus dilakukan secara teratur, terukur, serta dilakukan secara baik dan benar. Senam kaki yang dilakukan dengan sungguh- sungguh, ditujukan sampai keluarnya keringat akan mampu menstimulus pankreas dalam memproduksi insulin sehingga lama kelamaan kadar glukosa darahpun menurun (Priyanto, dkk., 2012). Latihan kaki yang dianjurkan pada penderita diabetes mellitus yang mengalami gangguan sirkulasi dan neuropati adalah senam kaki (Soegondo, dkk, 2012). Senam kaki adalah kegiatan atau latihan yang dilakukan oleh pasien diabetes mellitus untuk mencegah terjadinya luka dan membantu melancarkan peredaran darah bagian kaki (Widianti & Proverawati, 2014).

Pada saat sebelum dilakukan penerapan intervensi didapatkan hasil bahwa kaki sering kesemutan dan keram secara tiba-tiba, merasa tebal ditelapak kaki dan sensitivitas kakipun menurun. Namun setelah dilakukan intervensi senam kaki selama 3 hari berturut-turut dalam 1 minggu dengan durasi 30 menit tampak kesemutan di kaki mulai berkurang, tampak rasa keram di kaki mulai berkurang dan sensitivitas kaki pun ikut meningkat ditandai dengan mati rasa pada kaki mulai berkurang, rasa nyeri/nyeri tekan berkurang. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perubahan setelah dilakukan senam kaki pada Ny.J.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Waspadji (2015) tentang *pengaruh senam kaki diabetes terhadap sensitivitas kaki dengan kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus* bahwa senam kaki merupakan salah satu terapi yang diberikan oleh seorang perawat, yang bertujuan untuk memperlancar peredaran darah yang terganggu karena senam kaki diabetes dapat membantu memperkuat otot-otot kaki. Senam kaki diabetes bermanfaat memperbaiki gejala-gejala muskuloskeletal otot, tulang, sendi, yaitu gejala-gejala neuropati perifer, saraf kaki tepi, dan meningkatkan daya otot, ligamentum, dan tendon sehingga aliran darah pada kaki lancar.

Alternatif Pemecahan Yang Dapat Dilakukan

Penurunan kadar gula darah sewaktu ini sebagai salah satu indikasi terjadinya perbaikan pada pasien diabetes melitus. Oleh karena itu pemberian aktivitas senam kaki merupakan salah satu cara yang efektif dalam mengelola pasien diabetes melitus. Senam kaki diabetes adalah suatu latihan atau gerakan-

gerakan yang dilakukan oleh kedua kaki secara bergantian atau bersamaan untuk memperkuat atau melenturkan otot-otot di daerah tungkai bawah terutama pada kedua pergelangan kaki dan jari-jari kaki.

Menurut penelitian Puji Indriani, Heru Supriyatno, Agus Santoso, dkk (2016) Jenis olah raga yang dianjurkan pada penderita DM adalah olah raga aerobik yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran tubuh khususnya meningkatkan fungsi dan efisiensi dari metabolisme tubuh. Dimana macam-macam olah raga aerobik seperti jogging, berenang, senam diabetes dan bersepeda tepat dilakukan pada penderita DM karena menggunakan semua otot – otot besar, pernapasan hingga jantung. Pada senam aerobik misalnya, dari macam-macam gerakan - gerakan yang diberikan terutama gerakan dasar pada kaki hingga berjalan dapat memenuhi kriteria CRIPE (continuous, rhythmical, interval, progresif dan endurance) sehingga sesuai dengan alur kegiatan yang harus dilakukan (Sidartawan Soegondo, 2015).

Berdasarkan hasil asumsi rita fitria yulita, agung waluyo, rohman azzam, dkk(2019) bahwa pada pasien diabetes mellitus tipe 2 yang diberikan tindakan senam kaki bertujuan untuk memperlancar peredaran darah yang terganggu karena senam kaki diabetes dapat membantu memperkuat otot-otot kaki. Dan menurut penulis sendiri berasumsi setelah diberikan intervensi selama 3 hari berturut-turut, bahwa pada pasien diabetes mellitus tipe 2 yang telah diberikan tindakan senam kaki tampak kesemutan di kaki mulai berkurang, tampak rasa keram di kaki mulai berkurang dan sensitivitas kaki pun ikut meningkat ditandai dengan mati rasa pada kaki mulai berkurang, rasa nyeri/nyeri tekan berkurang. Dari hasil

penulis dan teori diatas, maka penulis berpendapat bahwa dilakukan dengan senam kaki dapat membantu memperlancar peredaran darah bagian kaki pada pasien diabetes mellitus tipe 2.

Maka peranan keluarga juga cukup penting dalam memberikan dukungan dan motivasi kepada klien tentang khususnya pasien diabetes melitus dalam mematuhi diet dan therapy karena semakin baik peran yang dimainkan oleh keluarga dalam penatalaksanaan rehabilitasi medik pada pasien maka semakin cepat pula proses peyembuhan pasien serta perubahan pola hidup menjadi lebih sehat untuk kedepanya bagi pasien dan keluarga.