

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1.Kesimpulan

Setelah dilakukan asuhan keperawatan gerontik terhadap dua lansia dengan stroke di UPTD PPSGL Satpel Griya Lansia Garut tahun 2025, dapat disimpulkan bahwa intervensi keperawatan yang diterapkan, yaitu latihan fisik Range of Motion (ROM), manajemen nyeri, dan pencegahan risiko jatuh, efektif dalam meningkatkan kekuatan otot, menurunkan intensitas nyeri, serta mencegah terjadinya insiden jatuh. Asuhan keperawatan dilaksanakan menggunakan pendekatan proses keperawatan selama tiga hari, dengan hasil menunjukkan adanya perbaikan signifikan terhadap kondisi fisik dan fungsional pasien.

1. Pengkajian

Dari hasil pengkajian terhadap kedua responden, diperoleh data bahwa keduanya mengalami kelemahan pada salah satu sisi tubuh (hemiparese), penurunan kekuatan otot ekstremitas, kesulitan berjalan, dan ketidakseimbangan tubuh saat berpindah posisi. Pasien juga tampak menunjukkan ekspresi nyeri, seperti meringis dan melindungi area yang terasa sakit. Aktivitas sehari-hari seperti duduk dan berjalan memerlukan bantuan dari perawat atau keluarga. Selain itu, responden juga menunjukkan ketidaknyamanan akibat nyeri yang muncul ketika berusaha bergerak atau melakukan aktivitas ringan. Secara umum, kedua responden tampak waspada, kooperatif, namun masih membutuhkan bimbingan dalam latihan mobilisasi serta edukasi mengenai keselamatan.

2. Diagnosa Keperawatan

Pasien lansia dengan stroke di PPSGL Griya Lansia Garut memiliki tiga diagnosa keperawatan utama, yaitu gangguan mobilitas fisik, nyeri akut, dan risiko jatuh. Gangguan mobilitas fisik ditandai dengan kelemahan pada sisi tubuh yang terkena stroke (hemiparese), kesulitan berjalan, serta ketergantungan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Nyeri akut muncul akibat proses inflamasi dan gangguan sirkulasi otak yang menyebabkan ketegangan otot serta rasa nyeri di area tubuh yang lemah, dengan intensitas sedang hingga berat terutama saat bergerak atau berusaha berdiri. Selain itu, pasien juga memiliki risiko tinggi untuk jatuh yang berkaitan dengan gangguan keseimbangan, kelemahan otot, dan penurunan koordinasi motorik. Pasien tampak berhati-hati saat berpindah posisi dan sering membutuhkan bantuan alat bantu atau pendamping untuk mencegah cedera. Secara umum, kondisi pasien menunjukkan adanya penurunan kemampuan fungsional dan kebutuhan akan dukungan keperawatan intensif untuk meningkatkan kemandirian dan keselamatan selama proses pemulihan.

3. Intervensi

Intervensi difokuskan pada pelaksanaan latihan Range of Motion (ROM) baik pasif maupun aktif terbantu selama 15–20 menit setiap sesi, 2–3 kali sehari selama tiga hari berturut-turut. Latihan ini bertujuan meningkatkan fleksibilitas sendi, kekuatan otot, serta mencegah kontraktur. Selain itu, dilakukan manajemen nyeri melalui pemberian analgetik sesuai instruksi medis dan teknik nonfarmakologis berupa relaksasi napas dalam. Pencegahan risiko jatuh dilakukan melalui edukasi kepada pasien dan keluarga tentang keselamatan, penataan lingkungan agar tidak licin atau

gelap, serta penggunaan alat bantu jalan yang sesuai. Dukungan keluarga dan komunikasi terapeutik juga diberikan untuk meningkatkan motivasi pasien selama proses mobilisasi.

4. Implementasi

Pelaksanaan intervensi menunjukkan hasil positif pada kedua responden. Responden 1, pada hari pertama masih tampak lemah dan mengeluh nyeri saat digerakkan. Skala nyeri 6 NRS dan kekuatan otot ekstremitas bawah 3/5. Setelah dua hari latihan ROM pasif hingga aktif terbantu, pasien mulai mampu duduk tegak dengan bantuan minimal, skala nyeri menurun menjadi 3, dan tampak lebih kooperatif. Pada hari ketiga, pasien sudah mampu berdiri dengan bantuan alat bantu dan tidak lagi mengeluh nyeri yang mengganggu aktivitas. Responden 2, menunjukkan perkembangan lebih cepat. Pada hari pertama tampak semangat mengikuti latihan ROM aktif terbantu, dengan skala nyeri 5 NRS. Pada hari kedua, pasien sudah mampu melakukan latihan aktif sederhana seperti mengangkat kaki dan tangan sisi sehat. Hari ketiga, pasien dapat berjalan dengan alat bantu tanpa keluhan berarti dan menunjukkan peningkatan keseimbangan serta rasa percaya diri. Lingkungan tempat latihan aman, pencahayaan cukup, dan tidak ditemukan insiden jatuh.

5. Evaluasi

Responden 1 menunjukkan peningkatan kekuatan otot dari 3/5 menjadi 4/5, penurunan nyeri dari skala 6 menjadi 2, dan peningkatan kemampuan mobilisasi dari hanya mampu duduk menjadi mampu berdiri dengan bantuan alat bantu. Risiko jatuh menurun ditandai dengan peningkatan keseimbangan dan kesadaran terhadap lingkungan sekitarnya. Dengan

demikian, masalah gangguan mobilitas fisik, nyeri akut, dan risiko jatuh pada responden 1 dapat teratasi. Responden 2 menunjukkan hasil yang lebih optimal, dengan peningkatan kekuatan otot dari 3/5 menjadi 4+/5, penurunan nyeri dari skala 5 menjadi 1, dan peningkatan kemandirian dalam aktivitas mobilisasi. Pasien mampu berjalan dengan alat bantu tanpa rasa takut jatuh. Selama proses asuhan tidak ditemukan kejadian jatuh dan pasien mampu menjaga keseimbangan dengan baik.

5.2.Saran

1. Bagi Universitas Bhakti Kencana

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi rekomendasi untuk dimasukkan ke dalam materi pembelajaran dan menambah pengetahuan bagi mahasiswa keperawatan tentang penggunaan terapi aktifitas ROM.

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti bahwa terapi aktifitas ROM mudah diterapkan sebagai cara non-farmakologi untuk membantu menurunkan kelemahan otot dan nyeri sendi pada lansia. Informasi ini bisa memperkaya bahan ajar, memberi pemahaman lebih mendalam tentang cara-cara melakukan aktifitas ROM, serta meningkatkan kemampuan mahasiswa keperawatan dalam merencanakan dan menerapkan intervensi yang fokus pada lansia.

2. Bagi UPTD PPSGL Satpel Griya Lansia Garut

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi panduan bagi UPTD PPSGL Satpel Griya Lansia Garut dalam memberikan perawatan untuk mengatasi kecemasan, termasuk dengan menggunakan terapi bermain mewarnai. Dengan bantuan penelitian ini, rumah sakit dapat meningkatkan cara mereka merawat anak-anak yang merasa cemas dengan menyediakan pendekatan yang lebih terstruktur dan terbukti efektif.

3. Bagi keluarga pasien

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan saran kepada keluarga yang memiliki anggota keluarga mengalami stroke, untuk menggunakan terapi aktifitas ROM.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber data dan informasi yang bermanfaat. Disarankan kepada peneliti berikutnya untuk melakukan penerapan terapi aktifitas ROM lebih menarik, terutama untuk meningkatkan minat pasien stroke dengan usia rata-rata lansia. Dengan demikian, diharapkan dapat memberikan perawatan yang lebih lengkap dan efektif bagi mereka.