

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

2.4 Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus asuhan keperawatan pada Tn. J dengan masalah gangguan mobilitas fisik akibat osteoarthritis melalui penerapan teknik jalan tandem di UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Kabupaten Mojokerto, maka penulis dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil asuhan keperawatan didapatkan data klien yang mengalami gangguan mobilitas fisik ditandai dengan keterbatasan dalam berjalan, penurunan keseimbangan, serta penggunaan alat bantu walker dalam aktivitas sehari-hari. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah gangguan mobilitas fisik berhubungan dengan penurunan fungsi muskuloskeletal akibat osteoarthritis, ditandai dengan klien mengalami kesulitan bergerak, berjalan tidak stabil, dan ketergantungan dalam mobilisasi.
2. Berdasarkan paparan studi kasus, penerapan teknik jalan tandem memberikan gambaran bahwa teknik tersebut efektif sebagai intervensi keperawatan dalam meningkatkan keseimbangan pada pasien osteoarthritis dengan gangguan mobilitas fisik. Latihan jalan tandem dapat membantu meningkatkan stabilitas tubuh, koordinasi, serta kemampuan aktivitas klien secara bertahap. Oleh karena itu, teknik jalan tandem dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis dalam asuhan keperawatan untuk meningkatkan keseimbangan pada pasien dengan gangguan mobilitas fisik, dengan pelaksanaan yang sesuai prosedur agar hasil yang diperoleh optimal.

2.5 Saran

2.5.1 Lansia

Lansia dengan osteoarthritis disarankan untuk melakukan aktivitas fisik dan latihan keseimbangan secara rutin sesuai dengan kemampuan dan kondisi tubuh. Teknik jalan tandem dapat dilakukan secara bertahap dengan memperhatikan keamanan dan sebaiknya didampingi oleh keluarga atau tenaga kesehatan untuk mencegah risiko jatuh. Lansia juga

diharapkan tetap aktif dalam melakukan aktivitas sehari-hari sesuai kemampuan agar kekuatan otot, keseimbangan, dan mobilitas tetap terjaga.

2.5.2 Bagi lahan praktik

Disarankan kepada lahan praktik, khususnya UPT Pesanggrahan PMKS Mojopahit Kabupaten Mojokerto, agar dapat mempertimbangkan penerapan teknik jalan tandem sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis dalam membantu meningkatkan keseimbangan dan mobilitas lansia dengan osteoarthritis. Latihan dapat dilakukan secara rutin dan bertahap sesuai kondisi masing-masing lansia dengan tetap memperhatikan keselamatan, kemampuan fisik, serta risiko jatuh selama latihan..

2.5.3 Bagi rumah sakit

Disarankan kepada rumah sakit agar dapat mengembangkan dan menerapkan intervensi nonfarmakologis berupa teknik jalan tandem sebagai salah satu bagian dari pelayanan keperawatan pada lansia yang mengalami gangguan mobilitas fisik dan masalah keseimbangan. Perawat diharapkan dapat memberikan edukasi, pendampingan, serta pemantauan selama pelaksanaan latihan sehingga latihan dapat dilakukan dengan aman dan sesuai dengan kondisi pasien. Penerapan latihan ini diharapkan dapat membantu meningkatkan keseimbangan, kemampuan mobilisasi, dan kemandirian pasien serta mengurangi risiko jatuh.