

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil laporan kasus asuhan keperawatan keluarga pada Ny. W khususnya An. A dengan masalah kesehatan obesitas di wilayah RT 006 RW 007 Kelurahan Limo, Kecamatan Limo, Kota Depok.

V.I.1 Pengkajian

Berdasarkan hasil pengkajian yang telah dilakukan terhadap keluarga Ny. W, khususnya pada An. A yang mengalami obesitas, dapat disimpulkan bahwa masalah utama yang dihadapi keluarga adalah kurangnya pemahaman terkait kondisi kesehatan, terutama mengenai obesitas pada anak. Hasil pengukuran indeks massa tubuh (IMT) menunjukkan bahwa An. A berada dalam kategori obesitas, dengan nilai $IMT > +2 SD$. Hal ini didukung oleh data kebiasaan pola makan tinggi gula, minimnya aktivitas fisik, serta kebiasaan anak yang lebih banyak menghabiskan waktu dengan bermain handphone dan menonton televisi. Kemudian seringnya pembelian obat warung tanpa melakukan pemeriksaan ke fasilitas kesehatan. Selanjutnya lingkungan rumah belum sepenuhnya mendukung upaya hidup bersih dan sehat, ditandai dengan kurangnya ventilasi udara yang dimanfaatkan dan adanya debu pada bagian dinding rumah.

V.I.2 Diagnosa

Diagnosa yang ditemukan adalah Obesitas berhubungan dengan ketidakmampuan mengenal masalah kesehatan obesitas dengan skor 4. Kemudian Manajemen kesehatan keluarga tidak efektif berhubungan dengan ketidakmampuan merawat anggota keluarga dengan skor $3 \frac{2}{3}$ dan Gaya hidup monoton berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga Ny.W dalam memodifikasi lingkungan dengan skor $3 \frac{1}{2}$

V.1.3 Intervensi

Intervensi keperawatan pada keluarga Ny.W mengacu kepada 5 tugas kesehatan keluarga yaitu TUK 1 keluarga mengenal masalah, TUK 2 keluarga mengambil keputusan, TUK 3 keluarga melakukan perawatan, TUK 4 keluarga dapat memodifikasi lingkungan, TUK 5 keluarga memanfaatkan fasilitas kesehatan.

V.1.4 Implementasi

Implementasi keperawatan pada diagnosa obesitas mencakup edukasi obesitas, manajemen nutrisi, dan pemanfaatan fasilitas kesehatan. Pada diagnosa manajemen kesehatan keluarga tidak efektif, dilakukan edukasi kesehatan, dukungan pengambilan keputusan, perawatan kesehatan mulut, dan pemeliharaan rumah. Sedangkan pada gaya hidup monoton, dilakukan edukasi aktivitas-istirahat, promosi latihan fisik seperti yoga, dan kunjungan ke fasilitas kesehatan.

V.1.5 Evaluasi

Masalah obesitas berhasil diatasi dengan peningkatan pemahaman keluarga tentang obesitas. Keluarga mampu menghitung berat badan dan menerapkan diet metode piring T sesuai waktu makan. Hasilnya, berat badan An. A turun dari 42,2 kg menjadi 40,9 kg dalam satu minggu. Kemudian keluarga bersedia datang ke puskesmas untuk pemeriksaan laboratorium hasilnya gula darah An. A batas normal 101 mg/dl.

Masalah manajemen kesehatan keluarga tidak efektif berhasil diatasi setelah intervensi tersebut Ny. W langsung membersihkan debu yang terdapat di dinding dan membuka jendela di siang hari. Kemudian perubahan sikat gigi dan pasta gigi yang menarik khusus anak. Ny. W dapat merawat anggota keluarganya dengan datang langsung pemeriksaan difasilitas terdekat.

Masalah gaya hidup monoton dapat diatasi dengan melakukan pembuatan jadwal terkait aktivitas dan istirahat seperti tidur siang, tidur malam dan aktivitas fisik olahraga dandapat mengatasi kelelahan fisik dan mengatasi kecanduan gadget dengan aktivitas distraksi seperti menggambar sesuai hobi kemudian aktivitas fisik olahraga yoga *kids*.

V.2 Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan dari penulisan ini, penulis menyampaikan saran bagi beberapa pihak yang terkait dengan penulisan karya ilmiah sebagai berikut

V.2.1 Bagi Pasien

Pasien diharapkan untuk terus menerapkan pola makan yang sehat dan konsisten dalam mengikuti program peningkatan aktivitas fisik yang sudah diajarkan. Dengan menjaga disiplin dalam menjalankan gaya hidup sehat ini, diharapkan An. A dapat mencapai berat badan normal.

V.2.2 Bagi Keluarga

Keluarga diharapkan dapat terus memberikan dukungan kepada An. A, baik dalam pengaturan pola makan yang sehat maupun dalam mendorong aktivitas fisik.

V.2.3 Bagi Pelayanan Kesehatan

Pelayanan kesehatan diharapkan dapat memperluas penyuluhan mengenai obesitas pada anak melalui kegiatan edukasi yang lebih menyeluruh, baik secara langsung kepada keluarga maupun melalui media. Fasilitas kesehatan diharapkan dapat mengintegrasikan program pencegahan obesitas anak dalam pelayanan kesehatan komunitas.

V.2.4 Bagi Institusi Pendidikan

Memberikan pendidikan mengenai masalah kesehatan obesitas dan bagaimana menerapkan terapi komplementer yang cocok dengan pasien, seperti program diet penggunaan pola makan piring T dan aktivitas olahraga yoga *kids*. Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan dalam pembelajaran.

V.2.5 Bagi Penulis Selanjutnya

Penulis selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan melibatkan sampel yang lebih besar dan jangka waktu yang lebih panjang untuk mengevaluasi efektivitas ini. Penelitian lanjutan mengenai pengaruh kombinasi pola makan sehat dan aktivitas fisik pada anak dengan obesitas.