

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

Dalam bab ini berisi kesimpulan hasil penelitian yang diperoleh berdasarkan bab sebelumnya beserta saran – saran yang diberikan berupa masukan berdifat operasional dan terkait dengan hasil penelitian.

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh senam kaki diabetik terhadap fungsi neurovaskuler pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Jatiroto Lumajng, maka dapat diambil kesimpulan:

- 1) Pada responden kelompok kontrol yang tidak melakukan senam kaki diabetik hampir seluruh sebagian kecil fungsi neurovaskuler resoponden terganggu dan sebagian kecil responden fungsi neurovakuler normal.
- 2) Pada responden kelompok perlakuan yang melakukan senam kaki diabetik hampir seluruh fungsi neurovaskuler resoponden normal dan sebagian kecil fungsi neurovaskulernya terganggu.
- 3) Hasil uji statistik menggunakan Uji *chi-square* (X^2) didapatkan p value = 0.007 kurang dari $\alpha = 0.05$ sehingga menunjukkan H1 diterima dan berarti bahwa adanya pengaruh yang signifikan senam kaki diabetik terhadap fungsi neurovaskuler pada penderita DM Tipe 2 di Puskesmas Jatiroto Lumajang.

5.2 Saran

Penelitian yang dilakukan ini selain memberikan kesimpulan hasil, tetapi juga memberikan saran kepada berbagai pihak untuk dapat membantu meningkatkan kesehatan mencegah komplikasi serat membantu pengembangan dari hasil penelitian ini. Saran-saran tersebut antara lain sebagai berikut:

5.2.1 Bagi Petugas Kesehatan

Diharapkan dengan penelitian ini dapat digunakan oleh petugas kesehatan sebagai dasar dalam melakukan intervensi keperawatan dalam melakukan perbaikan fungsi neurovaskuler. Mengingat senam kaki diabetes masih belum populer di masyarakat, diharapkan petugas masyarakat mengajarkan kepada penderita diabetes mellitus pada saat kegiatan prolanis, penyuluha, maupun saat asuhan keperawatan sehingga penderita diabetes dapat mengetahui senam kaki diabetes dan mempraktekkan dalam kegiatan sehari-hari.

5.2.2 Bagi Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2

Diharapkan kepada penderita diabetes mellitus tipe 2 agar selalu bisa menerapkan kegiatan senam kaki diabetes dalam kehidupan sehari-hari agar dapat memperbaiki fungsi neurovaskuler sehingga terhindar dari berbagai komplikasi. Senam kaki merupakan olahraga yang murah dan mudah dilakukan bagi seluruh penderita diabetes mellitus tipe 2, sehingga sebaiknya senam kaki dilaksanakan secara rutin setiap hari. Selain itu diharapkan penderita diabetes mellitus yang sudah bisa melakukan gerakan senam kaki diabetik untuk dapat berbagi kepada penderita diabetes mellitus yang masih belum tahu tentang gerakan senam kaki.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini sebagai acuan untuk melakukan penelitian selanjutnya. Peneliti dalam melakukan penelitian agar mendapatkan data yang lebih akurat maka sebaiknya peneliti melakukan pengukuran sesudah pelaksanaan senam kaki diabetik untuk mengetahui adanya hubungan senam kaki terhadap gula darah. Dan juga diharapkan peneliti tidak hanya mengukur Gula Darah Acak responden sebelum penelitian akan tetapi juga mengukur GDA setelah dilakukan senam kaki. Diharapkan peneliti melakukan identifikasi keberhasilan senam kaki yang dilakukan responden dalam total pencapaian presentase. Selain itu diharapkan peneliti selanjutnya dapat memperhatikan faktor perancu lain seperti pola makanan dan pola aktivitas responden yang dapat mempengaruhi fungsi neurovaskuler.