

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan uraian pembahasan pada bab sebelumnya dapat disimpulkan bahwa pengaruh senam kaki diabetes terhadap status kardiovaskuler dan nilai gula darah pada penderita DM tipe 2 adalah sebagai berikut :

- 6.1.1 Terdapat perbedaan status kardiovaskuler (tekanan darah, nadi) responden sebelum dan setelah senam kaki diabetes dengan nilai rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 141,20 mmHg sebelum senam kaki diabetes menjadi 136,73 mmHg setelah senam kaki diabetes, Tekanan darah diastolik responden dengan nilai rata-rata sebesar 84,87 mmHg sebelum senam kaki diabetes menjadi 81,13 mmHg setelah senam kaki diabetes. Nadi nilai rata-rata sebesar 86,67 x/menit sebelum senam kaki diabetes menjadi 85,13 x/menit setelah dilakukan senam kaki diabetes.
- 6.1.2 Terdapat perbedaan nilai gula darah responden dengan nilai rata-rata sebesar 228,33 mg/dl sebelum senam kaki diabetes menjadi 198,07 mg/dl setelah dilakukan senam kaki diabetes .
- 6.1.3 Berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Paired T*-tes tekanan darah sistolik diperoleh nilai $p = 0,001$, tekanan darah diastolik diperoleh nilai $p=0,000$ dan nadi diperoleh nilai $p=0,012$. Hasil analisis nilai gula darah juga didapatkan nilai $p=0,002$ ($p<0,05$).

Sehingga peneliti dapat menyimpulkan terdapat pengaruh senam kaki terhadap status kardiovaskuler dan nilai gula darah pada penderita DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Brang Rea Kabupaten Sumbawa Barat tahun 2017.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu sumber informasi yang berguna tentang pengaruh senam kaki terhadap status kardiovaskuler dan nilai gula darah pada penderita DM tipe 2.

6.2.2 Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan untuk pengembangan pelayanan profesi keperawatan dan sebagai salah satu bahan penyuluhan bagi perawat baik kepada pasien khususnya penderita DM tipe 2 maupun pada pasien bukan penderita diabetes.

6.2.3 Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu sumber informasi tentang pentingnya aktivitas fisik dan dapat mengaplikasikan senam kaki diabetes secara teratur dan berkelanjutan untuk meningkatkan status kesehatan penderita DM tipe 2 sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi kronis.

6.2.4 Bagi Peneliti selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan kontrol terhadap variabel-variabel lain yang dapat mengganggu hasil

penelitian agar data yang diperoleh lebih akurat untuk lebih menyempurnakan penelitian ini.

6.2.5 Bagi Peneliti sendiri

Diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan, wawasan dan pengalaman peneliti di lapangan atau lahan serta memberikan informasi kepada penderita DM tipe 2 sebagai upaya promotif dan preventif dalam melaksanakan pelayanan kesehatan di masyarakat.