

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dalam pembahasan yang telah diuraikan dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh penurunan dari senam aerobic terhadap kadar gula darah pada Ny.S. Aktivitas fisik berupa senam aerobic yang dilakukan secara teratur dan terprogram terbukti dapat memberikan pengaruh terhadap kadar darah.

B. Saran

Berdasarkan pengalaman nyata yang didapatkan oleh penulis dalam melaksanakan asuhan keperawatan pada pasien Ny. S dengan senam aerobik maka penulis mencoba untuk memberikan saran yang bersifat membangun sebagai berikut :

1. Bagi perawat

Perawat dalam memberikan asuhan keperawatan pada diabetes mellitus hendaknya mengikuti langkah- langkah proses keperawatan sesuai dengan pelaksanaan tindakan yang dilakukan secara sistematis dan tertulis agar tindakan berhasil sesuai dengan yang diharapkan

2. Bagi pasien

Diharapkan pasien mampu melakukan senam aerobik yang telah diajarkan perawat disetiap jadwal yang telah dibuat bersama agar mengatasi ketidakseimbangan kadar glukosa darah.

3. Bagi peneliti

Diharapkan hasil karya ilmiah ini dapat menjadi referensi lain serta dapat menjadi acuan untuk dikembangkan kembali dalam asuhan keperawatan pada pasien dengan masalah diabetes mellitus.