

BAB IV

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan tentang penelitian tentang pengaruh Senam Kaki DM, maka peneliti dapat memberikan kesimpulan bahwa ada pengaruh senam kaki terhadap perubahan kadar gula darah pada penderita Diabetes Mellitus. Didapatkan dari hasil kelompok intervensi adanya penurunan kadar gula darah >100 mg/dl dalam 4x dalam 4 hari melakukan senam kaki, Sedangkan pada kelompok kontrol tidak mengalami penurunan kadar gula darah dengan nilai kadar gula >300 mg/dl.

B. Saran

a. Bagi Penelitian

Bagi penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan menggunakan waktu yang lebih lama untuk melihat perbedaan kadar gula darah. Selain itu dapat mengembangkan penelitian ini dengan memperhatikan berat badan, diet, aktivitas dan olahraga.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan diharapkan senam kaki dapat dijadikan acuan pengembangan ilmu keperawatan untuk mengatasi peningkatan kadar gula darah.

c. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat terutama pada pasien DM dapat mengaplikasikan senam kaki secara teratur sehingga terjadi perbaikan kondisi kesehatan,

menurunkan kadar glukosa darah yang secara langsung dapat meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

d. Bagi Instansi Kesehatan

Bagi instansi kesehatan diharapkan dapat memperhatikan mengenai hal-hal baru selain pengobatan medis salah satunya yaitu mengembangkan Senam kaki DM dalam suatu program pelaksanaan penanggulangan DM dan untuk mencegah komplikasi yang dapat muncul. Dukungan dan arahan dari instansi kesehatan sangat penting untuk menumbuhkan kesadaran masyarakat.