

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa karakteristik pasien yang menderita DM sebagian besar umur responden 45-60 tahun, jenis kelamin sebagian besar adalah perempuan yaitu sebanyak 9 responden dan sebagian besar responden tidak bekerja yaitu 12 responden.

Gambaran nilai ABI responden sebelum senam kaki diabet rata-rata 0,83 dan setelah melakukan senam kaki diabet rata-rata 0,89. Dari data tersebut menunjukkan peningkatan rata-rata nilai ABI sebesar 0,06 setelah diberi perlakuan senam kaki sebanyak tiga kali dalam seminggu.

Perbandingan nilai ABI diketahui bahwa pada perlakuan senam kaki diabet pertama tidak ada peningkatan nilai ABI ( $p$  value 0,643) tetapi pada perlakuan senam kaki diabet kedua ada pengaruh senam kaki kedua terhadap peningkatan nilai ABI ( $p$  value 0,005) dan setelah senam kaki diabet ketiga juga terdapat pengaruh senam kaki diabet ketiga terhadap peningkatan nilai ABI ( $P$ value = 0,000 ). Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh setelah diberi perlakuan senam kaki kedua dan ketiga terhadap peningkatan nilai ABI.

#### B. Saran

##### 1. Bagi penderita DM

Bagi penderita DM agar rutin untuk:

- a. Mengikuti senam kaki sebagai bagian pencegahan gangguan sirkulasi darah ke kaki dimana senam kaki dapat dilakukan berkelompok atau perorangan.
- b. Melakukan pemeriksaan kesehatan pada dokter
- c. Berperilaku hidup bersih dan sehat

##### 2. Bagi perawat

Petugas kesehatan masyarakat/perawat agar:

- a. Menganjurkan pada masyarakat penderita DM untuk melakukan senam kaki diabet secara rutin karena dapat memperbaiki sirkulasi darah ke kaki.
  - b. Melakukan kontrol rutin terhadap nilai ABI penderita DM .
3. Bagi Rumah Sakit

Agar meningkatkan kualitas pelayanan bagi penderita DM dengan menyelenggarakan senam kaki diabet secara rutin baik untuk pasien rumah sakit maupun untuk masyarakat penderita DM yang tidak sedang dalam perawatan rumah sakit.
4. Bagi peneliti selanjutnya
  - a. Meningkatkan penelitian tentang pengaruh senam kaki diabet terhadap ABI pada penderita DM. Serta dalam melakukan penelitian dilakukan dalam waktu yang lama sehingga mendapatkan penilaian ABI yang sebenarnya.
  - b. Ada kelompok Kontrol untuk membandingkan dengan kelompok intervensi
  - c. Penelitian menggunakan alat dopler vaskuler untuk penilaian ABI agar hasil lebih akurat