

Bab 5

Kesimpulan dan Saran

5.1 Kesimpulan

Setelah peneliti, melakukan implementasi penerapan senam kaki pada Tn.D dan Ny.M di wilayah Kerja Puskesmas Sikumana Kota Kupang selama 3 hari mulai tanggal 22, 24 dan 25 juni 2024 maka peneliti menyimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian yang di lakukan pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas sikumana kota kupang di dapatkan bahwa faktor yang mempengaruhi responden terkenal diabetes melitus diantaranya ialah faktor usia, jenis kelamin, keturunan, dan pola makan
2. Hasil pemeriksaan Kadar gula darah sewaktu pada kedua responden di wilayah kerja Sikumana Kota Kupang yaitu pada responden 1 Tn.D sebelum melakukan senam kaki di dapatkan hasil kadar gula darasewaktu pada hari pertama 209 mg/dl, pada hari kedua 199 mg/dl dan pada hari ketiga 139 mg/dl dan pada responden 2 Ny. M pada hari pertama di dapatkan 274 mg/dl, pada hari kedua 273 mg/dl dan pada hari ketiga 146 mg/dl.
3. Hasil kadar gula darah sewaktu pada kedua responden di wilayah kerja Puskesmas Sikumana Kota Kupang yaitu pada responden 1 Tn.D setelah di lakukan senam kaki hari pertama 204 mg/dl, hari kedua 187 mg/dl, dan pada hari ketiga 114 mg/dl. Sedangkan pada Ny. M hasil kadar gula darah sewaktu setelah senam kaki hari pertama 215 mg/dl, hari kedua 264 mg/dl dan pada hari ketiga 138 mg/dl.
4. Hasil pemeriksaan kadar gula darah sewaktu sebelum dan sesudah di lakukan senam kaki pada kedua responden di wilayah kerja Puskesmas Sikumana Kota Kupang yaitu mengalami penurunan kadar gula darah dimana pada responden 1 Tn. D hari pertama sebelum melakukan penerapan senam kaki

hasil pengukuran kuranggula darah pada Tn. D 209 mg/dl dan setelah melakukan penerapansenam kaki menjadi 204 mg/dl terjadi penurun sebanyak 5 mg/dl, pada hari kedua sebelum di lakukan senam kaki hasil gula darah sewaktu 199 mg/dl setelah dilakukan senam kaki menjadi 187 mg/dl terjadi penurunan sebanyak 12 mg/dl dan pada hari ketiga sebelum senam kaki hasil gula darah 139 mg/dl setelah dilakukan senam kakimenjadi 114 mg/dl terjadi penurunan sebanyak 25 mg/dl. Sedangkan pada responden 2 Ny. M hari pertama sebelum melakukan penerapan senam kaki hasil pengukuran 274 mg/dl dan setelah melakukan penerapan senam kaki menjadi 215 mg/dl terjadi penurun sebanyak 59 mg/dl, pada hari kedua 273 mg/dl setelah dilakukan senam kaki menjadi 264 mg/dl terjadi penurunan sebanyak 9 mg/dl dan pada hari ketiga sebelum senam kaki hasil gula darah 146 mg/dl setelah dilakukan senam kaki menjadi 138 mg/dl terjadi penurunan sebanyak 8 mg/dl.

5.2 Saran

Setelah melakukan Latihan senam kaki pada pasien Diabetes Melitus, diharapkan dapat memberikan masukan terutama pada:

1. Bagi Responden

Diharapkan responden dapat mematuhi diet yang sudah dianjurkan serta lebih aktif dalam melakukan Latihan fisik (senam kaki Diabetes) dan melakukan pengecekan kadar gula darah secara rutin

2. Bagi Peneliti

Diharapkan studi kasus ini dapat dijadikan referensi dan digunakan bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian selanjutnya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan agar dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai factor-faktor lain seperti (Riwayat Keluarga Diabetes

Melitus, kegemukan bertambahnya usia) yang berhubungan dengan DiabetesMelitus. Dan melakukan penelitian yang lebih mendalam dengan cara di ukur kadar gula darah responden.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan kepada institusi Pendidikan untuk lebih menambah referensi mengenai Diabetes Melitus dan bisa memperdalam ilmu pembelajaran mengenai factor yang mengurangi kadar gula darah.