

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan simpulan sebagai berikut:

- 1) Karakteristik responden penyandang DM tipe 2 di Puskesmas Pasar Minggu mayoritas berada pada kategori usia lansia awal (46-55 tahun) sebanyak 36,7%, berjenis kelamin perempuan sebanyak 73,3% dan berpendidikan SMA sebanyak 36,7%.
- 2) Hasil distribusi frekuensi sebelum dilakukan senam kaki diabetik di Puskesmas Pasar Minggu adalah sebagian besar risiko rendah sebanyak 50%.
- 3) Hasil distribusi frekuensi setelah dilakukan senam kaki diabetik di Puskesmas Pasar Minggu adalah sebagian besar risiko sangat rendah sebanyak 66,7%.
- 4) Senam kaki diabetik efektif dalam mencegah terjadinya luka kaki diabetik pada penyandang DM tipe 2 di Puskesmas Pasar Minggu dengan  $p\text{-value} < 0,001$  ( $p < 0,05$ ).

#### 5.2 Saran

##### 5.2.1 Bagi Responden

Penyandang DM tipe 2 diharapkan melakukan senam kaki diabetik dengan rutin. Senam kaki diabetik tidak hanya diperuntukkan bagi penyandang DM tipe 2 PROLANIS saja tetapi dapat dilakukan oleh penyandang DM tipe 2 yang menjalani pengobatan di pelayanan kesehatan lainnya.

### 5.2.2 Bagi Puskesmas Pasar Minggu

Bagi Puskesmas Pasar Minggu diharapkan perawat dapat memberikan edukasi rutin mengenai senam kaki diabetik kepada penyandang DM tipe 2 demi meningkatkan kualitas hidup dan mencegah terjadinya luka kaki diabetik serta komplikasi lainnya.

### 5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan diharapkan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai rujukan dalam memperkaya wawasan dan ilmu pengetahuan mengenai senam kaki diabetik sebagai upaya pencegahan terjadinya luka kaki diabetik pada penyandang DM tipe 2.

### 5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadikan penelitian ini sebagai *evidence based* dan rujukan dalam mengembangkan penelitian lebih lanjut mengenai tingkat kepatuhan penyandang DM tipe 2 dalam melakukan senam kaki diabetik untuk mencegah terjadinya luka kaki diabetik.

