

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1 Kesimpulan

Pengkajian yang telah dilakukan dan intervensi selama 5 hari, dengan pengulangan sehari satu kali, kepada Tn. W didapatkan bahwa klien memiliki gula darah 394 mg/dl dengan keluhan pada bagian kaki merasakan kebas dan kesemutan, tidak merasakan nyeri pada kaki dan sering hilang keseimbangan saat berdiri. Sedangkan klien kedua Tn. R mengalami diabetes melitus, dengan nilai kadar gula darah 247 mg/dl, klien mengeluh kaki terasa kebas dan saat tersentuh batu atau benda tidak merasakan sakit.

Senam kaki diabetes adalah latihan yang dilakukan oleh klien diabetes melitus untuk mencegah terjadinya luka dan membantu menurunkan kadar gula darah. Pada saat latihan (senam) kebutuhan energi meningkat sehingga otot menjadi lebih aktif dan terjadi peningkatan pemakaian glukosa sehingga terjadi penurunan kadar gula darah.

Penulis melakukan pendidikan kesehatan tentang diabetes melitus dan melakukan intervensi senam kaki diabetes kepada klien Tn. W dan Tn. R yang implementasinya dilakukan pada tanggal 02 Agustus 2023 sampai 06 Agustus 2023

Setelah dilakukan implementasi didapatkan perbedaan hasil pada klien pertama dan kedua pada klien kedua terdapat penurunan kadar gula darah yaitu Tn. R dengan GDS *Pre test* dari 380 mg/dl dan setelah diberikan intervensi senam kaki diabetik GDS *post tes* 340 mg/dl klien Tn. R dalam menjalankan intervensi senam kaki juga mengatur pola makan dan rutin minum obat. Sedangkan pada klien

pertama Tn. R tidak terjadi penurunan kadar gula darah dari hasil GDS pre tes 380 dan setelah diberikan intervensi senam kaki GDS post test 340 mg/dl, tidak terjadi penurunan kadar gula darah disebabkan oleh faktor kebiasaan makan klien yang tidak dijaga serta klien tidak melakukan diet DM, sehingga tidak terjadi penurunan kadar gula darah.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Bagi Penderita Diabetes Melitus

Bagi penderita diabetes melitus pada lansia disarankan agar dapat melakukan pengobatan nonfarmakologi yaitu senam kaki diabetes untuk menurunkan kadar gula darah

### 5.2.2 Bagi Pengembangan Karya Ilmiah Selanjutnya

Mahasiswa program profesi selanjutnya diharapkan lebih mengembangkan lagi tentang senam kaki dengan bentuk kegiatan yang berbeda, Mahasiswa juga dapat menerapkan intervensi lain yang dapat menurunkan kadar gula darah klien diabetes melitus dalam karya ilmiah selanjutnya.

### 5.2.3 Bagi puskesmas kecamatan Tanah Abang

Bagi puskesmas kecamatan Tanah Abang disarankan untuk memberikan pengobatan alternatif seperti senam kaki diabetes pada lansia di kecamatan tanah abang untuk membantu mencegah terjadinya luka pada kaki serta menurunkan kadar gula darah, dan dapat membuat program terkait pemberian latihan senam kaki diabetes pada lansia dengan diabetes melitus