

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Rata-rata kadar gula darah pada pasien DM tipe II Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya sebelum diberikan senam DM sebesar 204,8 gr/dl.
2. Rata-rata kadar gula darah pada pasien DM tipe II Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya setelah diberikan senam DM sebesar 167,1 gr/dl.
3. Ada pengaruh senam DM terhadap kadar gula darah pada pasien DM tipe II di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya dengan nilai p sebesar 0,000.

B. Saran

1. Bagi Peneliti

Sebagai dasar untuk melakukan pengembangan ilmu keperawatan dan tambahan pengetahuan tentang senam DM untuk mengontrol kadar gula darah pada penderita DM Tipe II.

2. Bagi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Hendaknya institusi pendidikan mampu membekali peserta didiknya serta memberikan pengalaman untuk pembelajaran tentang manfaat senam

DM terhadap penderita DM Tipe II agar mampu memberikan penyuluhan kesehatan dan mampu mempraktekkannya sehingga dapat menyampaikan kepada masyarakat.

3. Bagi Puskesmas Mangkubumi Tasikmalaya

Hendaknya Puskesmas Mangkubumi menjadwalkan senam DM kepada penderita penyakit DM Tipe II dalam program pengelolaan penyakit kronis (prolanis) juga dapat menyampaikan dalam penyuluhan bagi seluruh pasien penyakit DM untuk menerapkan terapi senam DM secara rutin minimal 2 kali dalam seminggu untuk mengontrol kadar gula darah agar bisa meningkatkan kesehatan tubuh, meringankan biaya perawatan dan mencegah komplikasi Diabetes.

4. Bagi Profesi Perawat

Sebagai bahan dasar acuan untuk melaksanakan asuhan keperawatan komunitas seperti tindakan senam yang dapat berdampak pada penurunan dan juga mengontrol kadar gula darah penderita DM Tipe II.

5. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hendaknya melakukan penelitian faktor-faktor apa saja yang bisa mempengaruhi penurunan kadar gula darah, dan bisa lebih menekankan diet pada penderita diabetes. Karena penelitian ini hanya sebatas ingin mengetahui apakah ada pengaruh senam diabetes terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita DM.