

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. SIMPULAN

Senam kaki efektif dalam menurunkan kadar glukosa darah, hasil analisis menunjukkan bahwa senam kaki dengan jadwal yang teratur dapat menekan kadar gula darah pada penderita DM. Penurunan kadar gula darah ini sebagai salah satu indikasi terjadinya perbaikan diabetes mellitus yang dialami. Oleh karena itu pemberian aktivitas senam kaki merupakan salah satu cara yang efektif dalam mengelola diabetes mellitus.

B. SARAN

1. **Bagi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya**
Diharapkan dapat meningkatkan penyediaan akses database agar mahasiswa mampu mengakses artikel dengan mudah
2. **Bagi Pofesi Keperawatan**
Diharapkan perawat mampu mengembangkan pelayanan keperawatan berbasis praktik perawatan (*Evidendence Based Practice*) mengenai pengaruh senam kaki pada lansia dengan DM sehingga dapat dijadikan acuan dalam meningkatkan kualitas pelayanan asuhan keperawatan yang tepat.
3. **Bagi Instansi Pelayanan**
Hasil penelitian ini diharapkan dapat diinformasikan/sosialisasikan kepada penderita DM bahwa senam kaki efektif dalam menurunkan kadar glukosa darah serta mampu diaplikasikan di masing-masing Puskesmas.
4. **Bagi Peneliti**

Menambah pengalaman dan sarana untuk mengembangkan dan menerapkan ilmu yang telah diberikan dan diterima dalam rangka pengembangan kemampuan diri.

5.

Bagi Peneliti lain

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan ada perbaikan metodologi yaitu dengan populasi dan sampel literatur yang lebih banyak dan *homogeneity*, atau yang akan melakukan penelitian primer agar memperhatikan frekuensi pemberian terapi senam kaki itu sendiri.

