

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penerapan senam kaki pada salah satu anggota keluarga dengan diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Gamping II, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Penerapan senam kaki yang telah dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Gamping II terbukti mampu menurunkan kadar gula darah dan terjadi perubahan nilai ABI pada kedua pasien yang menderita DM.
2. Perbandingan hasil penerapan senam kaki pada kedua pasien dengan DM selama 3 kali kunjungan dalam pelaksanaannya dilakukan dalam durasi 30 menit menunjukkan hasil yang berbeda yaitu pada kasus 1 (satu) terdapat penurunan kadar gula darah dan terjadi peningkatan nilai ABI. Kasus 2 (dua) kadar gula darah cenderung naik turun dan terjadi penurunan pada nilai ABI. Mekanisme perubahan (penurunan) kadar gula darah setelah dilakukan senam kaki disebabkan oleh metabolic yang dipengaruhi oleh lama latihan, berat latihan, dan tingkat kadar insulin plasma. Sedangkan perbedaan perubahan nilai ABI dipengaruhi oleh tingkat aktivitas fisik dan juga kadar kolesterol pasien. Pasien 1 sudah menderita DM selama 2 tahun dan kebiasaan melakukan aktivitas atau olahraga seperti jalan santai di pagi dan sore hari. Pasien 2 (dua) telah menderita DM selama 1 tahun dan kebiasaan jarang berolahraga.

3. Faktor pendukung dalam terlaksananya studi kasus ini adalah peran aktif, kooperatif, tanggung jawab dari kedua pasien dan keluarga, usaha serta semangat yang dilakukan ibu N dan ibu S dalam mengontrol kadar gula darah. Sedangkan faktor penghambat dilakukannya studi kasus yaitu kurangnya perilaku dari kedua pasien dalam mengontrol pola makan sehingga dapat mempengaruhi peningkatan kadar gula darah pasien .

B. Saran

1. Bagi Pasien dan Keluarga

Diharapkan kedua pasien dan keluarga mampu menerapkan perilaku sesuai dengan anjuran yang telah diberikan serta dapat selalu memberikan dukungan kepada anggota keluarga yang menderita DM dalam upaya pencegahannya. Keluarga dan khususnya pasien dapat melaksanakan dapat melaksanakan penerapan senam kaki pada salah satu anggota keluarga dengan DM.

2. Bagi Puskesmas

Diharapkan pihak puskesmas dapat memberikan informasi terkait penerapan senam kaki pada salah satu anggota keluarga dengan DM untuk meningkatkan dan melaksanakan program pendidikan kesehatan ataupun tindakan non farmakologis terkait manajemen DM untuk mencegah terjadinya DM dalam keluarga dan kemandirian keluarga.

3. Bagi Penulis Selanjutnya

Diharapkan mampu meningkatkan berbagai riset dalam bidang keperawatan keluarga, agar dapat memberikan asuhan keperawatan keluarga yang lebih tepat, spesifik, dan akurat. Melaksanakan pengembangan ilmu reknik non farmakologis terhadap penurunan kadar gula darah dan peningkatan nilai ABI dari aspek lainnya dalam penerapan senam kaki pada pasien DM.