

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, peneliti dapat menyimpulkan bahwa *Buerger Allen Exercise* berpengaruh terhadap nilai *Ankle Brachial Index* pada penyandang diabetes melitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Gamping II.

Setelah dilakukan analisa data penelitian diketahui bahwa:

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini sebagian besar berjenis kelamin perempuan, dengan rata-rata usia 51-60 tahun, dengan pendidikan terakhir SLTA, mayoritas status sebagai ibu rumah tangga / tidak bekerja, lama waktu menderita DM selama 1-5 tahun, dan memiliki aktivitas fisik / kebiasaan olahraga yang baik.
2. Terdapat Perbedaan yang signifikan pada nilai *Ankle Brachial Index* (ABI) sebelum dan sesudah diberikan *Buerger Allen Exercise* pada kelompok yang diberikan *Buerger Allen Exercise*.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai *Ankle Brachial Index* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok kontrol.
4. Terdapat peningkatan nilai ABI antara kelompok yang diberikan *Buerger Allen Exercise* dan kelompok yang tidak diberikan

Buerger Allen Exercise pada penyandang diabetes melitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Gamping II.

B. Saran

1. Bagi Penanggungjawab Prolanis di Puskesmas Godean II

Bagi penanggungjawab prolanis Puskesmas Godean II dianjurkan untuk membuat SOP *Buerger Allen Exercise* serta dapat mengajarkan penyandang DM untuk melakukan *Buerger Allen Exercise* ini sebagai alternatif lain pelaksanaan olahraga rutin pada program prolanis di Puskemas Godean II selain pelaksanaan senam prolanis.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan dianjurkan agar memasukkan *Buerger Allen Exercise* kedalam pembelajaran mata kuliah keperawatan medikal bedah.

3. Bagi Penyandang Diabetes Melitus

Bagi penyandang DM agar melaksanakan *Buerger Allen Exercise* ini selama 2-3x/minggu dengan durasi pelaksanaan senam 18 menit,

4. Bagi Peneliti Lain

Penelitian selanjutnya disarankan untuk meneliti mengenai faktor lain yang mempengaruhi nilai ABI pada intervensi *Buerger Allen* bagi peyandang DM Tipe II.