

## 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.