

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti dapat menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh *chair based exercise* terhadap neuropati perifer pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Setelah dilakukan analisa data penelitian diketahui bahwa:

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini didominasi perempuan dengan rata-rata usia 55-65 tahun, pendidikan terakhir SMP, mayoritas tidak bekerja, lama menderita DM selama 1-5 tahun dan semua responden tidak mempunyai riwayat amputasi serta DFU.
2. Responden pada kelompok intervensi sebelum dilakukan *chair based exercise* semua mengalami penurunan sensitivitas.
3. Responden pada kelompok intervensi sesudah dilakukan *chair based exercise* mayoritas mengalami perbaikan menjadi normal.
4. Responden pada kelompok kontrol sebelum dilakukan senam diabetes mellitus semua mengalami penurunan sensitivitas.
5. Responden pada kelompok kontrol sesudah dilakukan senam diabetes mellitus mayoritas tidak mengalami perbaikan atau tetap mengalami penurunan sensitivitas.
6. Terdapat perbedaan neuropati perifer yang signifikan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan $p = 0,000$ yang berarti terdapat pengaruh *chair based exercise* terhadap neuropati perifer pada pasien diabetes mellitus tipe 2.

B. Saran

1. Bagi Perawat

Chair based exercise bisa digunakan sebagai alternatif lain untuk jenis aktifitas fisik selain senam diabetes mellitus yang dapat dilakukan pada program prolanis Puskesmas Minggir.

2. Pasien Diabetes Mellitus

Bagi pasien diabetes mellitus yang masih bisa bergerak dengan leluasa bisa melakukan senam diabetes mellitus sedangkan untuk pasien diabetes mellitus yang sudah tidak mampu berdiri dengan waktu lama bisa melakukan *chair based exercise*.

3. Bagi Peneliti Lain

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk menguji efektivitas antara senam diabetes mellitus dan *chair based exercise* terhadap perbaikan neuropati perifer.