

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian Gambaran Pengetahuan Penderita Diabetes Melitus Terhadap Senam Diabetik Pada Lansia Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Pringkasap Tahun 2020 dapat di simpulkan sebagai berikut:

1. Gambaran Pengetahuan Penderita Diabetes Melitus Terhadap Senam Diabetik Pada Lansia Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Pringkasap Tahun 2020 menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden (57%) memiliki pengetahuan baik sebanyak 17 orang
2. Gambaran Pengetahuan Penderita Diabetes Melitus Terhadap Senam Diabetik Pada Lansia Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Pringkasap Tahun 2020 Tentang Pengertian Diabetes Mellitus menunjukkan bahwa dari 30 orang yang menjadi responden didapatkan hampir setengahnya dari responden (43%) memiliki pengetahuan baik sebanyak 13 orang.
3. Gambaran Pengetahuan Penderita Diabetes Melitus Terhadap Senam Diabetik Pada Lansia Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Pringkasap Tahun 2020 Tentang Jenis Diabetes Mellitus menunjukkan bahwa dari 30 orang yang menjadi responden didapatkan sebagian besar dari responden (53%) memiliki pengetahuan baik sebanyak 16 orang.
4. Gambaran Pengetahuan Penderita Diabetes Melitus Terhadap Senam Diabetik Pada Lansia Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Pringkasap Tahun 2020 Tentang Dampak Diabetes Mellitus menunjukkan bahwa dari 30 orang yang menjadi responden didapatkan hampir setengahnya dari responden (37%) memiliki pengetahuan kurang sebanyak 11 orang.

5. Gambaran Pengetahuan Penderita Diabetes Melitus Terhadap Senam Diabetik Pada Lansia Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Pringkasap Tahun 2020 Tentang Penyebab Diabetes Mellitus menunjukkan bahwa dari 30 orang yang menjadi responden didapatkan hampir setengahnya dari responden (43%) memiliki pengetahuan baik sebanyak 13 orang.
6. Gambaran Pengetahuan Penderita Diabetes Melitus Terhadap Senam Diabetik Pada Lansia Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Pringkasap Tahun 2020 Tentang Manfaat Diabetes Mellitus menunjukkan bahwa dari 30 orang yang menjadi responden didapatkan sebagian besar dari responden (60%) memiliki pengetahuan cukup sebanyak 18 orang.
7. Gambaran Pengetahuan Penderita Diabetes Melitus Terhadap Senam Diabetik Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Pringkasap Tahun 2020 Tentang Prinsip Diabetes Mellitus menunjukkan bahwa dari 30 orang yang menjadi responden didapatkan setengah dari responden (50%) memiliki pengetahuan kurang sebanyak 15 orang.

## **5.2 Saran**

### **1) Bagi Peneliti**

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi pedoman dan memotivasi bagi pasien Diabetes Melitus dalam mengontrol pola makan serta memberikan informasi bagi pasien dan keluarga.

## **2) Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi penelitian selanjutnya yang akan membahas tentang Gambaran Sikap dan Motivasi Lansia Tentang Senam Diabetes Melitus.

## **3) Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian di harapkan dapat menambah bahan kajian untuk menjadi bahan ajar ilmu keperawatan gerontik dalam melatih senam untuk mencegah diabetes mellitus di Akper Bhakti Kencana Bandung.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Belia, Mahera Canda. 2016. "Pengaruh Latihan Senam Jantung Sehat Dan Senam Diabetes Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada Lansia Diabetes Rw Ix Kelurahan Tlogosari Kulon Semarang." *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan (JKK)*: 1–8.
- emadwiandr. 2013. "濟無No Title No Title." *Journal of Chemical Information and Modeling* 53(9): 1689–99.
- Harahap, Mukhtar Effendi. 2017. "Gambaran Pengetahuan Penderita Diabetes Melitus Terhadap Senam Kaki Diabetik Di Rsu Ipi Medan Tahun 2015." *jurnal ilmiah keperawatan IMELDA* 3(1): 7–12.
- Herlina, Meriani. 2019. "Gambaran Pengetahuan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Tentang Senam Kaki Pada Diabetes Di Lingkungan Xxiv Pekan Labuhan Kecamatan Medan Labuhan." *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda* 5(2): 651–60.
- lii, B A B. "(Bandung: Alfabeta, 2012), 117. 1 30." : 30–45.
- Khalimah. 2013. "Gambaran Pengetahuan Klien Tentang Diabetes Mellitus TYpe LI Di Wilayah Kerja Puskesmas Padasuka Kota Bandung." *Journal of Chemical*