

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai efektivitas *foot exercise: ankle flexibility and resistance* dengan *diabetic foot spa* pada pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Ujung Berung Indah Kota Bandung, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Sebelum diberikan intervensi *foot exercise: ankle flexibility and resistance* sebagian besar pasien Diabetes Mellitus mengalami peningkatan nilai kadar gula darah dan penurunan nilai sensitivitas kaki. Sedangkan setelah diberikan intervensi *foot exercise: ankle flexibility and resistance* sebagian besar pasien Diabetes Mellitus mengalami penurunan nilai kadar gula darah dan peningkatan nilai sensitivitas kaki.
- 2) Sebelum diberikan intervensi *diabetic foot spa* sebagian besar pasien Diabetes Mellitus mengalami peningkatan nilai kadar gula darah dan penurunan nilai sensitivitas kaki. Sedangkan setelah diberikan intervensi *diabetic foot spa* sebagian besar pasien Diabetes Mellitus mengalami penurunan nilai kadar gula darah dan peningkatan nilai sensitivitas kaki.
- 3) Terdapat pengaruh yang signifikan pada intervensi *foot exercise: ankle flexibility and resistance* terhadap sensitivitas kaki dan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus.
- 4) Terdapat pengaruh yang signifikan pada intervensi *diabetic foot spa* terhadap sensitivitas kaki dan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus.

- 5) Terdapat perbedaan yang signifikan antara intervensi *foot exercise: ankle flexibility and resistance* dengan *diabetic foot spa* terhadap sensitivitas kaki dan kadar gula darah. Dan diketahui bahwa intervensi *diabetic foot spa* lebih efektif dalam menurunkan kadar gula darah sedangkan intervensi *foot exercise: ankle flexibility and resistance* lebih efektif dalam meningkatkan sensitivitas kaki pada pasien Diabetes Mellitus.

6.2 Saran

1) Bagi Puskesmas Ujung Berung Indah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan dasar untuk penyusunan Operasional Prosedur (OP) manajemen kadar gula darah dan sensitivitas kaki. Serta penelitian ini dapat dijadikan program baru puskesmas untuk menerapkan intervensi *foot exercise: ankle flexibility and resistance* dalam penatalaksanaan penyakit Diabetes Mellitus yang dimana intervensi ini dapat meningkatkan sensitivitas kaki. Sedangkan untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus dapat diberikan intervensi berupa *diabetic foot spa*.

2) Bagi Perawat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan tambahan informasi bagi perawat dan melatih perawat dalam memberikan intervensi keperawatan *foot exercise: ankle flexibility and resistance* untuk menurunkan kadar gula darah dan meningkatkan sensitivitas kaki pada pasien Diabetes Mellitus. Serta penelitian ini dapat menjadi sarana untuk

memenuhi kebutuhan dasar manusia yang tidak terpenuhi karena penyakit Diabetes Mellitus sehingga *foot exercise: ankle flexibility and resistance* dengan *diabetic foot spa* menjadi salah satu intervensi keperawatan yang bisa dilakukan secara mandiri maupun kolaborasi dengan bidang fisioterapi.

3) Bagi Pasien

Intervensi *Foot Exercise: Ankle Flexibility and Resistance* disarankan sebagai bentuk olahraga yang dapat dilakukan oleh pasien Diabetes Mellitus yang mengalami neuropati dengan dibantu oleh perawat sehingga dapat memperbaiki neuropati diabetikum dan membantu mengontrol kadar gula darah.

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut tentang menambahkan metode lainnya seperti pengukuran *time series* untuk mengetahui pada hari keberapa kedua intervensi ini sudah berpengaruh terhadap kadar gula darah dan sensitivitas kaki, dapat menerapkan kedua intervensi ini dengan durasi lebih dari 2 minggu untuk mengetahui hasil dengan jauh lebih baik, dan perlu adanya modifikasi dan tinjauan kembali terkait gerakan pada pedoman intervensi *foot exercise: ankle flexibility and resistance*, serta perlu dilakukan pemeriksaan yang dapat mempengaruhi terjadinya neuropati seperti kadar HDL, kadar LDL, kadar trigliserida.