

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

- 1 Karakteristik responden dalam penelitian. Karakteristik umur, mayoritas responden berada pada rentang usia 36–45 tahun sebanyak 13 orang (38,2%). Pendidikan, sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan Sekolah Dasar (SD), yaitu sebanyak 12 orang (35,3%), Pekerjaan, mayoritas responden tidak bekerja, yaitu sebanyak 18 orang (52,9%).
- 2 Sensitivitas kaki sebelum dilakukan senam kaki diabetik menunjukkan bahwa seluruh pasien (100%) mengalami penurunan sensitivitas kaki (abnormal).
- 3 Sensitivitas kaki setelah dilakukan senam kaki diabetik mengalami peningkatan yang signifikan, dimana sebagian besar pasien (82,4%) memiliki sensitivitas kaki normal dan hanya 17,6% yang masih abnormal.
- 4 Pengaruh senam kaki diabetik terhadap sensitivitas kaki menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna secara statistik. Hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai  $Z = -5.568$  dan nilai signifikansi  $p = 0.000 (< 0.05)$ .

## **B. Saran**

### **1 Bagi Peneliti**

Peneliti diharapkan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai dasar untuk melanjutkan program intervensi non-farmakologis seperti senam kaki diabetik dalam praktik keperawatan komunitas, khususnya pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 yang mengalami penurunan sensitivitas kaki. Peneliti juga diharapkan dapat melakukan pemantauan jangka panjang untuk melihat keberlanjutan efek terapi ini.

### **2 Bagi Peneliti Lain**

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan desain eksperimen yang lebih kompleks dan melibatkan kelompok kontrol, serta memperpanjang waktu intervensi untuk mengetahui efek jangka panjang dari senam kaki diabetik. Variabel lain seperti kadar gula darah, keseimbangan tubuh, atau kualitas hidup juga dapat diteliti untuk melihat dampak menyeluruh dari intervensi ini.

### **3 Bagi Perawat**

Perawat diharapkan dapat mengembangkan dan menerapkan senam kaki diabetik sebagai salah satu bentuk intervensi mandiri dalam pelayanan keperawatan, terutama dalam program pengelolaan penyakit kronis. Perawat juga dapat memberikan edukasi rutin mengenai manfaat senam kaki untuk mencegah komplikasi neuropati pada pasien diabetes.

#### 4 Bagi Masyarakat

Masyarakat, khususnya penderita Diabetes Mellitus Tipe 2, diharapkan lebih aktif dan rutin melakukan senam kaki diabetik secara mandiri di rumah sebagai upaya pencegahan komplikasi dan peningkatan kualitas hidup. Masyarakat juga diimbau untuk mengikuti edukasi kesehatan yang diselenggarakan oleh tenaga kesehatan guna meningkatkan kesadaran terhadap pentingnya perawatan kaki bagi pasien diabetes.

