

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Diketahui karakteristik responden sebagian besar berada pada kelompok usia 50–60 tahun sebanyak 8 orang (53,3%). Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 8 orang (53,3%).
2. Diketahui nilai *Ankle Brachial Index* (ABI) pada penderita DM tipe 2 sebelum dilakukan *therapeutic exercise walking* di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Bengkulu sebagian besar responden sebelum diberikan *therapeutic exercise walking* mengalami penyakit arteri perifer sedang pada kaki kanan maupun kaki kiri. Pada kaki kanan, seluruh responden sebanyak 15 orang (100%) berada dalam kategori penyakit arteri perifer sedang. Sementara itu, pada kaki kiri, sebagian besar responden sebanyak 13 orang (86,7%) mengalami penyakit arteri perifer sedang.
3. Diketahui nilai *Ankle Brachial Index* (ABI) pada penderita DM tipe 2 sesudah dilakukan *therapeutic exercise walking* di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Bengkulu sebagian besar responden sesudah diberikan *therapeutic exercise walking* mengalami penyakit arteri perifer ringan pada kaki kanan maupun kaki kiri. Pada kaki kanan, sebanyak 13 responden (86,7%) berada dalam kategori penyakit arteri perifer ringan. Sementara itu, pada kaki kiri, sebanyak 12 responden (80,0%) berada dalam kategori penyakit arteri perifer ringan.

4. Berdasarkan hasil uji *Paired Sample t-Test* didapatkan $p\text{-value} = 0,164 < 0,05$. Dengan demikian, H_0 diterima, H_a ditolak, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan pemberian *therapeutic exercise walking* terhadap perubahan nilai *Ankle Brachial Index* (ABI) pada penderita DM tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Bengkulu.

6.2 Saran

1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam menyusun program promosi kesehatan dan pencegahan komplikasi kronis pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 melalui penerapan *therapeutic exercise walking* sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan tenaga kesehatan dapat mengintegrasikan *therapeutic exercise walking* ke dalam edukasi dan program latihan fisik bagi penderita Diabetes Melitus Tipe 2 sebagai upaya meningkatkan sirkulasi darah perifer dan mencegah komplikasi vaskular.

3. Bagi Pasien atau Masyarakat

Diharapkan penderita Diabetes Melitus Tipe 2 dapat menerapkan *therapeutic exercise walking* secara rutin sesuai anjuran tenaga kesehatan untuk membantu meningkatkan nilai *Ankle Brachial Index* (ABI), memperbaiki sirkulasi darah, serta mengurangi risiko terjadinya komplikasi pembuluh darah perifer.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian berikutnya dengan menggunakan terapi lain yang berhubungan dengan sirkulasi perifer