

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1. KESIMPULAN**

1. Nilai sirkulasi darah sebelum melakukan senam kaki menunjukkan ada responden sirkulasi darahnya buruk atau menurun tetapi setelah dilakukan senam kaki nilai sirkulasi darahnya meningkat atau sirkulasi darahnya lancar.
2. Adapun Pengaruh Edukasi Senam Kaki Diabetes Melitus Berbahasa Tetun Terhadap Sirkulasi Ekstermitas Bawah dan Kadar Gula Darah Sewaktu

#### **5.2. SARAN**

1. Bagi pasien diabetes mellitus  
Diharapkan agar pasien dengan penyakit diabetes mellitus rutin dalam melakukan senam kaki untuk memperlancarkan sirkulasi darahnya untuk mencegah terjadinya komplikasi.
2. Bagi keluarga  
Agar anggota keluarga diharapkan memberikan dukungan keluarga secara emosional agar pasien mempunyai semangat untuk mengikuti senam dan melakukan pola diet yang baik untuk menurunkan kadar gula darah dan memperlancarkan sirkulasi darah.

3. Bagi pelayanan kesehatan

Agar petugas kesehatan Timor Leste mampu untuk menerapkan senam kaki diabetes mellitus di rumah sakit atau Centru Saude untuk mencegah terjadinya komplikasi ulkus diabetic pada pasien dengan diabetes mellitus.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya masalah pada sirkulasi darah ekstremitas bawah dengan menggunakan metode yang berbeda sehingga kedalaman hasil penelitian dapat dinilai lebih nyata.