

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Rerata kadar gula darah responden sebelum diberikan senam prolanis adalah 258,61 dengan standart deviasi 28,492. Kadar gula darah terendah adalah 205 dan tertinggi 322.
2. Rerata kadar gula darah responden sesudah diberikan senam prolanis adalah 239,48 dengan standart deviasi 26,928. Kadar gula darah terendah adalah 196 dan tertinggi 296
3. Terdapat pengaruh senam prolanis terhadap penurunan gula darah pada pasien penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2023. ($p=0,000$)

B. Saran

1. Kepada Pimpinan Puskesmas Andalas Kota Padang

Kepada Pimpinan Puskesmas Andalas Kota Padang disarankan untuk melakukan pembinaan secara intensif kepada kelompok senam prolanis sebagai sarana dalam melakukan aktifitas fisik pada penderita DM sebagai upaya pengendalian kadar gula darah.

2. Kepada Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti selanjut disarankan melakukan penelitian lebih lanjut mengenai terapi dalam pengontrolan kadar gula darah penderita DM seperti senam kaki untuk mencegah kejadian ulkus pada penderita DM.

