

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan temuan tinjauan pustaka dari 15 artikel jurnal, dapat disimpulkan bahwa terapi jalan kaki yang dikombinasikan dengan hidroterapi, yoga, dan latihan prolanis dapat menurunkan kadar gula darah secara signifikan terhadap pasien diabetes mellitus tipe II di 11 jurnal secara signifikan. Nilai P 0,05 dan dalam 4 jurnal.

Menurut hasil tinjauan literatur ini, desain pra-eksperimental, eksperimen semu dan terkontrol secara acak biasanya digunakan. Kelompok intervensi mendapatkan sebuah kemajuan yang lebih pesat jika dibanding dengan kelompok kontrol. Jalan kaki adalah solusi yang sangat sederhana, terjangkau, dan sangat berhasil dalam mengurangi gula darah terhadap pasien diabetes tipe II.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa terapi jalan kaki memang berdampak pada penurunan kadar gula darah untuk penderita diabetes melitus tipe 2.

#### **B. Saran**

##### 1. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat berupa informasi terhadap peneliti selanjutnya agar dapat meneliti secara empiris dan komprehensif

2. Bagi peneliti

Peneliti mengharapkan kalau penelitian ini akan memperluas ilmu dan pemahaman kita terhadap bagaimana jalan kaki mempengaruhi gula darah untuk penderita diabetes tipe II.

3. Bagi Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Diharapkan hasil penelitian dapat memberikan acuan bagi ilmu pengetahuan mengenai diabetes mellitus tipe 2 dan dapat menjadi masukan untuk meningkatkan kompetensi mahasiswa dibidang kesehatan.