

HALAMAN ABSTRAK

Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan
Juli, 2023

ABSTRAK

Tisan Ilham Pribadi¹, Wiwek Natalya

PENERAPAN SENAM KAKI DM TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA KELOMPOK PENDERITA DIABETES MILITUS DI DESA PANINGGARAN KABUPATEN PEKALONGAN

Latar belakang: Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) dimana kadar gula darah meningkat (hiperglikemia). Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang akan menetap seumur hidup. (Febrinasari,dkk, 2020). Diabetes miletus dapat mempengaruhi pembuluh darah kecil, arteri kecil sehingga suplai makanan dan oksigen ke perifer menjadi berkurang akibatnya mempengaruhi syaraf perifer, sistem syaraf otonom dan sistem syaraf pusat sehingga mengakibatkan gangguan pada saraf serta terjadi kerusakan integritas kulit/jaringan (Dasuki,2021). Manfaat senam kaki bagi penderita diabetes, studi beberapa kasus membuktikan senam kaki diabetes efektif mencegah komplikasi kaki diabetes, seperti penurunan kadar gula darah, luka terbuka yang sulit sembuh, mencegah masalah bentuk kaki dan lain sebagainya. Senam kaki pada penderita diabetes juga dapat memperbaiki sirkulasi darah dan memperkuat otot serta syaraf kaki dn tungkai bawah.

Tujuan: Penerapan ini bertujuan untuk mengetahui penurunan kadar gula darah setelah penerapan senam kaki diabetes.

Metode: studi kasus penerapan senam kaki diabetes terhadap 7 partisipan di desa paninggaran

Hasil: terapi senam kaki diabetes miletus memiliki hasil yang positif terhadap penurunan kadar gula darah, karena setelah di lakukan penerapan pada kelompok penderita diabetes di desa Paninggaran di dapatkan adanya penurunan pada hari ke 1 -3 yaitu dengan penuran sejumlah (1-5 mg/dl)

Simpulan: Setelah melakukan pengkajian serta pengolahan data penulis menentukan masalah keperawatan pada kelompok khusus diabetes di desa Paninggaran adalah ketidak setabilan kadar gula darah.Dari masalah yang muncul tersebut penulis membuat rencana untuk mengatasi masalah tersebut yaitu dengan melakukan senam kaki diabetes yang dilakukan sebanyak 3 kali dalam satu minggu yang di dapatkan hasil adanya penurunan dari hari 1-3.

Kata kunci: SENAM KAKI ,DIABETES MILITUS

ABSTRACT

Tisan Ilham Pribadi¹, Wiwek Natalya²

THE APPLICATION OF DIABETIC FOOT EXERCISES TO REDUCE BLOOD SUGAR LEVELS IN THE GROUP OF DIABETES MELLITUS PATIENT IN PANINGGARAN VILLAGE, PEKALONGAN

Background: Diabetes mellitus is classified as a non-communicable disease (NCD) characterized by elevated blood glucose levels, commonly called hyperglycemia. Diabetes mellitus can potentially impact the microvasculature and small arteries, leading to a diminished delivery of nutrients and oxygen to peripheral tissues. The foot exercise is one nursing implementation that can enhance blood circulation and nerves in the feet and lower extremities.

Purpose: This case study aims to determine the decrease in blood sugar levels after applying diabetic foot exercises.

Method: a case study including the application of diabetic foot exercises to seven residents of the village of Paninggaran, Pekalongan.

Results: Diabetes foot exercise has positive results in reducing blood sugar levels because after applying it to the group of diabetics in Paninggaran village, it was found that there was a decrease on days 1 -3, namely by reducing an amount (1-5 mg/dl).

Conclusion: After conducting an assessment and data processing, the authors determined that the nursing problem in the diabetes particular group in Paninggaran village was unstable blood sugar levels. One week which results in a decrease from days 1-3.

Keywords: *foot exercise, diabetes mellitus, blood sugar*