

IMPLEMENTASI SENAM KAKI DALAM ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN DIABETES MELITUS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GAMPING II

Catur Fariasi¹, Tri Widyastuti Handayani²
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293
Email: caturfariasi02@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Diabetes melitus (DM) menjadi salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang sulit dikendalikan dan dapat menyebabkan kematian. Upaya pencegahan untuk menghindari terjadinya berbagai hal yang tidak diinginkan pada penderita DM dengan cara menerapkan empat pilar penatalaksanaan, salah satunya yaitu senam kaki. Senam kaki DM dapat membantu memperbaiki sirkulasi darah yang terganggu dan dapat mengontrol kadar gula. Melalui proses pendekatan asuhan keperawatan keluarga ini dapat meningkatkan kemampuan keluarga dalam memelihara kesehatan keluarga dan meningkatkan status kesehatan keluarganya.

Tujuan: Tujuan studi kasus ini yaitu memberikan gambaran penerapan senam kaki pada dua keluarga dengan diabetes melitus.

Metode: Metode penelitian ini menggunakan metode studi kasus proses keperawatan mulai dari pengkajian hingga evaluasi pada 2 keluarga dengan DM. pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik.

Hasil: Hasil dari penerapan senam kaki pada kedua keluarga yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa adanya perubahan kadar gula darah dan perubahan nilai ABI setelah dilakukan senam kaki yang dilakukan 3 kali dalam seminggu dengan durasi 30 menit. Perbedaan hasil kadar gula pada kedua keluarga setelah dilakukan senam kaki yaitu pada kasus 1 (satu) cenderung menurun sedangkan kasus 2 (dua) menurun – meningkat dan pada hasil ABI kasus 1 (satu) terjadi peningkatan sedangkan kasus 2 (dua) tidak terjadi peningkatan.

Kesimpulan: Penerapan senam kaki pada dua keluarga dengan DM di wilayah kerja Puskesmas gamping II terbukti efektif menurunkan kadar gula darah yang dilakukan 3 kali dalam seminggu dengan durasi 30 menit.

Kata kunci: Senam kaki, Diabetes Melitus, Keluarga

IMPLEMENTATION OF FOOT EXERCISES IN NURSING CARE FOR FAMILIES WITH DIABETES MELLITUS IN THE WORKING AREA OF THE GAMPING II HEALTH CENTER

Catur Fariasi¹, Tri Widyastuti Handayani²

Department of Nursing Poltekkes Ministry of Health Yogyakarta
Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293

Email: caturfariasi02@gmail.com

ABSTRACT

Background: Diabetes mellitus (DM) is a non-communicable disease (NCD) that is difficult to control and can cause death. Prevention efforts to avoid the occurrence of various undesirable things in DM sufferers by implementing four pillars of management, one of which is foot exercises. DM foot exercises can help improve impaired blood circulation and control sugar levels. Through this family nursing care approach process, it can increase the family's ability to maintain family health and improve the family's health status.

Objective: The aim of this case study is to provide an overview of the application of foot exercises in two families with diabetes mellitus.

Method: This research method uses a case study method of the nursing process starting from assessment to evaluation in 2 families with DM. Data collection was carried out by means of interviews, observation and physical examination.

Results: The results of the application of foot exercises in both families showed that there were changes in blood sugar levels and changes in ABI values after foot exercises were carried out 3 times a week with a duration of 30 minutes. The difference in the results of sugar levels in the two families after doing leg exercises was that in case 1 (one) it tended to decrease while in case 2 (two) it decreased - increased and in case 1 (one) the ABI results increased while in case 2 (two) there was no increase.

Conclusions: The application of leg exercises to two families with DM in the working area of the Gamping II Community Health Center was proven to be effective in reducing blood sugar levels, which was carried out 3 times a week for 30 minutes.

Keywords: Foot exercises, Diabetes Mellitus, Family