

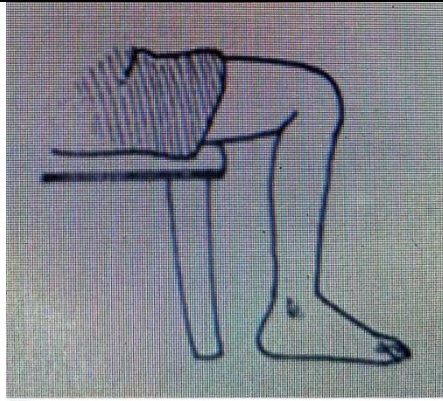
Keaslian Penelitian

NO	Judul	Desain Penelitian	Sample	Variabel	Instrumen	Analisis	Hasil Dan Kesimpulan
1.	Analisis intervensi pemberian senam kaki diabetes terhadap perubahan kadar gula darah pada penderita dengan diabetes melitus tipe 2 di RW O2 Kelurahan Srengseng Jakarta Barat. Tiara Siti Rahmah (2021)	Case study design	Sample berjumlah 4 orang pasien dm tipe 2	1. Variabel bebas senam kaki 2. Variabel terikat kadar gula darah	Lembar observasi gerakan senam kaki diabetes dan kadar gula darah	Analisis Univariat	1. Karakteristik 4 responden diabetes mellitus terdiri dari rentang usia 40 – 55 tahun, Jenis kelamin 1 laki-laki dan 3 perempuan dan Riwayat DM 6 bulan – 2 tahun. 2. Teridentifikasi gambaran kadar gula darah sewaktu setelah dilakukan intervensi senam kaki diabetes dalam rentang 140

							mg/dL – 220 mg/dL. 3. Teridentifikasi perubahan kadar gula darah sewaktu setelah dilakukan intervensi senam kaki diabetes yaitu penurunan rata-rata hasil kadar gula darah sewaktu sebesar 4 mg/Dl.
2.	Penerapan terapi senam kaki terhadap ketidakstabilan kadar glukosa darah pada lansia penderita diabetes melitus tipe 2 di Desa Ngrawan Lor Bawen. Silvia Dewi Artika (2021/2022)	Studi Kasus	Sample berjumlah 2 orang pasien DM tipe 2	1. Senam kaki 2. Ketidakstabilan kadar glukosa darah 3. Diabetes melitus tipe 2	Pengukuran gula darah sewaktu (GDS)	Narasi dan tabel	Rata-rata penurunan pada setiap pasien adalah 25mg/dl.

SOP SENAM DIABETES (SENAM KAKI)

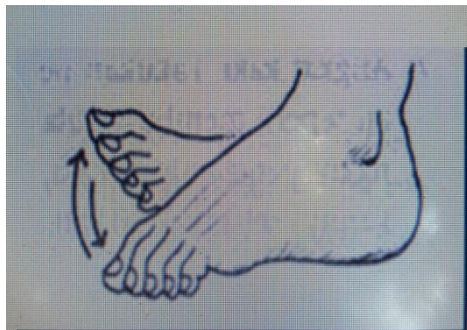
Panduan latihan (SOP)	Ya	Tidak
<p>Tahap Persiapan</p> <p>1. Persiapan alat dan bahan : Kertas koran dua lembar</p> <p>2. Persiapan lingkungan : Tenang dan nyaman</p> <p>Persiapan pasien</p> <p>3. Lakukan interaksi awal melalui komunikasi interpersonal dengan pasien</p> <p>4. Berikan informasi tentang prosedur yang akan dilakukan</p> <p>5. Anjurkan pasien untuk rileks sebelum dilakukan pemberian senam kaki</p>		
<p>Tahap Pelaksanaan</p> <p>6. Memberikan latihan senam kaki selama kurang lebih 15 menit</p>		
<p>Tahap Prosedur</p> <p>7. Perawat mencuci tangan</p> <p>8. Jika dalam posisi duduk maka posisikan pasien duduk tegak tidak boleh bersandar dengan kaki menyentuh lantai</p>		



CS diunduh dengan CamScanner

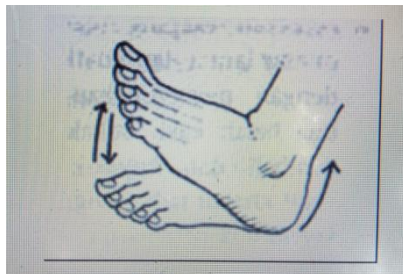
Gambar . 1 Kaki Menyentuh Lantai

9. Dengan meletakkan tumit di lantai, jari-jari kedua kaki diluruskan ke atas lalu dibengkkokan kembali ke bawah seperti cakar ayam sebanyak 10 kali 25



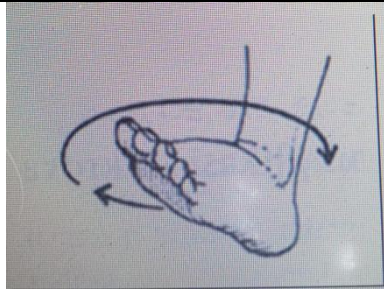
Gambar . 2 Kaki membentuk ceker ayam

10. Tumit kaki diletakkan di lantai. Bagian ujung kaki diangkat ke atas dan buat gerakan memutar dengan pergerakan pada pergelangan kaki sebanyak 10 kali



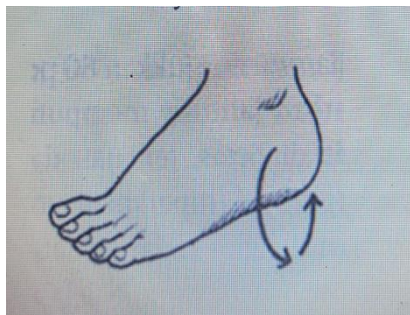
Gambar . 3 Kaki di gerakan 10 kali

11. Tumit kaki diletakkan di kaki. Bagian ujung kaki diangkat keatas dan buat gerakan memutar dengan pergerakan pada pergelangan kaki sebanyak 10 kali



Gambar . 4 Bagian ujung kaki di angkat ke atas

12. Jari – jari diletakkan dilantai. Tumit diangkat dan buat gerakkan memutar dengan pergerakan pada pergelangan kaki sebanyak 10 kali



Gambar . 5 Jari-jari di letakan di lantai

13. Angkat salah satu kaki, dan luruskan. Gerakan jari-jari kedepan dan turunkan kembali secara bergantian kekiri dan kekanan. Ulangi sebanyak 10 kali.

14. Luruskan salah satu kaki di atas lantai.kemudian angkat kaki tersebut dan gerakkan ujung kaki ke arah wajah lalu turunkan kembali kembali lantai.

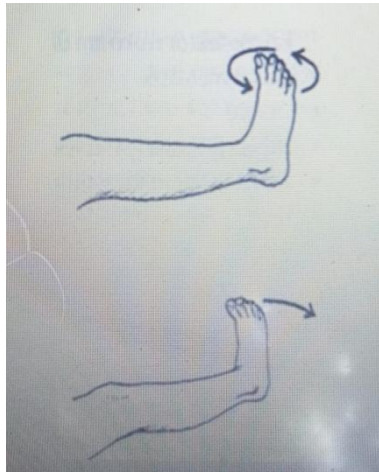
18. Angkat kedua kaki lalu luruskan. Ulangi langkah ke8, namun gunakan kedua kaki secara bersamaan.

Ulangi sebanyak 10 kali

19. Angkat kedua kaki dan luruskan, pertahankan posisi tersebut. Gerakan pergelakkan kaki kedepan dan kebelakang

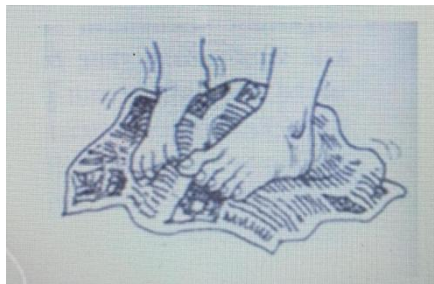
20. Luruskan salah satu kaki dan angkat, putar kaki pada

pergelangan kaki, tuliskan pada udara dengan kaki dari angka 0 hingga 9 lakukan secara bergantian



Gambar . 6 Angkat Salah satu kaki

21. Letakkan sehelai koran dilantai. Bentuklah koran tersebut seperti menjadi bola dengan kedua kaki, kemudian, buka bola itu menjadi lembaran seperti semula menggunakan kedua kaki



Tahap Terminasi

- 22. Evaluasi hasil tindakan dan perasaan pasien
- 23. Merapikan alat dan pasien
- 24. Melakukan kontrak waktu berikutnya
- 25. Mencatat hasil tindakan
- 26. Berpamitan dengan pasien

PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Berdasarkan penjelasan yang telah diberikan, bersama ini saya menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian yang ”penerapan senam diabetes pada pasien diabetes melitus tipe II dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah di wilayah kerja puskesmas Waingapu dengan Pendekatan Studi Kasus”

Demikian pernyataan ini saya buat tanpa paksaan dari pihak manapun. Sebagai bukti kesediaan saya menjadi responden, dibawah ini saya bubuhkan tanda tangan saya.

Waingapu

Tanda tangan Responden



(.....)

LEMBAR OBSERVASI SENAM KAKI

Nama Responden : Ny.D

Tanggal : 16 - Maret - 2024

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Apakah anda suka kegiatan olahraga?	✓	
2.	Apakah anda sering mengikuti senam ?		✓
3.	Apakah anda mudah merasa lelah saat beraktivitas ?	✓	
4.	Apakah anda berjalan menggunakan alat bantu ?		✓
5.	Apakah anda sering kencing di tengah malam ?	✓	
6.	Apakah anda sering merasa haus berlebihan ?	✓	
7.	Apakah anda sering merasa kesemutan ?		✓
8.	Apakah anda sering merasa pandangan kabur ?	✓	