

ABSTRAK

PENGARUH SENAM KAKI DIABETIK TERHADAP PERUBAHAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG

Gracia Yolanda Ndun¹, Simon Sani Kleden², Sabinus Bungaama Kedang³

Program Studi Diploma III Keperawatan
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang
Email: yolandagrace396@gmail.com

Latar Belakang: Diabetes Melitus Tipe 2 merupakan salah satu penyakit tidak menular yang paling sering dijumpai dan prevalensinya terus meningkat. Salah satu penanganan nonfarmakologis untuk menjaga kestabilan kadar glukosa darah adalah senam kaki diabetik, yang berfungsi meningkatkan aliran darah serta membantu otot dalam menyerap glukosa. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh senam kaki diabetik terhadap perubahan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Oesapa. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus dengan menerapkan metode kualitatif. Subjek penelitian terdiri dari dua pasien Diabetes Melitus Tipe 2 tanpa komplikasi. Intervensi berupa senam kaki diabetik dilakukan selama tiga kali dalam satu minggu. Data dikumpulkan melalui observasi dan pemeriksaan kadar glukosa darah sebelum dan sesudah intervensi. **Hasil:** Setelah dilakukan senam kaki diabetik selama tiga hari, kedua subjek penelitian mengalami penurunan kadar glukosa darah. Pada subjek pertama, kadar glukosa menurun dari 220 mg/dL menjadi 189 mg/dL, sedangkan pada subjek kedua turun dari 220 mg/dL menjadi 165 mg/dL. **Kesimpulan:** Senam kaki diabetik terbukti efektif menurunkan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2, sehingga dapat dijadikan salah satu alternatif terapi nonfarmakologis dalam mendukung pengendalian kadar glukosa darah.

Kata Kunci: Diabetes Melitus Tipe 2, Kadar Glukosa Darah, Senam Kaki Diabetik.

ABSTRACT

THE EFFECT OF DIABETIC FOOT EXERCISE ON CHANGES IN BLOOD GLUCOSE LEVELS IN PATIENTS WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS AT OESAPA HEALTH CENTER KUPANG CITY

Gracia Yolanda Ndun¹, Simon Sani Kleden², Sabinus Bungaama Kedang³

Diploma III Nursing Study Program

Nursing Department Poltekkes Kemenkes Kupang

Email: yolandagrace396@gmail.com

Background: Type 2 Diabetes Mellitus is one of the most common non-communicable diseases, and its prevalence continues to rise. One non-pharmacological intervention to maintain stable blood glucose levels is diabetic foot exercise, which functions to improve blood circulation and facilitate glucose absorption by the muscles. **Objective:** To determine the effect of diabetic foot exercise on changes in blood glucose levels among patients with Type 2 Diabetes Mellitus at Oesapa Health Center. **Method:** This study employed a case study approach using a qualitative method. The participants were two patients with Type 2 Diabetes Mellitus without complications. The intervention consisted of diabetic foot exercise performed three times in one week. Data were collected through observation and blood glucose measurement before and after the intervention. **Results:** After three days of diabetic foot exercise, both participants experienced a decrease in blood glucose levels. In the first participant, the level decreased from 220 mg/dL to 189 mg/dL, while in the second participant, it decreased from 220 mg/dL to 165 mg/dL. **Conclusion:** Diabetic foot exercise proved effective in reducing blood glucose levels in patients with Type 2 Diabetes Mellitus, and it can be considered as an alternative non-pharmacological therapy to support blood glucose control.

Keywords: Type 2 Diabetes Mellitus; Blood Glucose Levels; Diabetic Foot Exercise.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Bagi Penulis	4
1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan	4
1.4.3 Bagi Pasien.....	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Konsep Diabetes Melitus Tipe 2	5
2.1.1 Definisi Diabetes Melitus Tipe 2.....	5
2.1.2 Etiologi Diabetes Melitus Tipe 2.....	5
2.1.3 Manifestasi Klinis Diabetes Melitus Tipe 2	6
2.1.4 Patofisiologi Diabetes Melitus Tipe 2	7
2.1.5 Pemeriksaan Penunjang Diabetes Melitus Tipe 2	8
2.1.6 Penatalaksanaan Diabetes Melitus Tipe 2	9
2.1.7 Komplikasi Diabetes Melitus Tipe 2.....	11
2.2 Konsep Asuhan Keperawatan Diabetes Melitus Tipe 2	11

2.2.1	Pengkajian.....	11
2.2.2	Diagnosa Keperawatan.....	15
2.2.3	Intervensi Keperawatan.....	15
2.2.4	Implementasi Keperawatan.....	18
2.2.5	Evaluasi Keperawatan.....	19
2.3	Konsep Senam Kaki Diabetik	19
2.3.1	Definisi Senam Kaki Diabetik	19
2.3.2	Tujuan Senam Kaki Diabetik	19
2.3.3	Manfaat Senam Kaki Diabetik	20
2.3.4	Indikasi dan Kontraindikasi Senam Kaki Diabetik	20
2.3.5	Hubungan Senam Kaki Diabetik Terhadap Perubahan Kadar Glukosa Darah.....	21
2.4	Kerangka Konsep	22
BAB 3 METODE PENELITIAN		23
3.1	Jenis Penelitian.....	23
3.2	Subjek Penelitian.....	23
3.3	Fokus Studi Kasus.....	24
3.4	Definisi Operasional.....	24
3.5	Instrumen Penelitian.....	25
3.6	Metode Pengumpulan Data	25
3.7	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	26
3.5	Analisis Data dan Penyajian Data	26
3.6	Etika Penelitian	26
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		29
4.1	Hasil Penelitian	29
4.1.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	29
4.1.2	Karakteristik Subjek Penelitian.....	29
4.1.3	Kadar Gula Darah Sebelum Penerapan Senam Kaki Diabetik	31
4.1.4	Pengaruh Senam Kaki Diabetik Sebelum dan Sesudah Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah.....	32
4.2	Pembahasan.....	34

4.2.1	Karakteristik Subjek Penelitian.....	34
4.2.2	Kadar Gula Darah Setelah Penerapan Senam Kaki Diabetik.....	38
4.2.3	Menganalisis Hasil Kadar Glukosa Darah Sebelum dan Setelah Dilakukan Senam Kaki Diabetik.....	39
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	40
BAB 5 PENUTUP.....		41
5.1	Kesimpulan	41
5.1.1	Karakteristik Pasien Diabetes Melitus Tipe 2	41
5.1.2	Hasil Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Setelah Dilakukan Senam Kaki Diabetik.....	41
5.1.3	Pengaruh Senam Kaki Diabetik Terhadap Perubahan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Oesapa	41
5.2	Saran.....	42
5.2.1	Bagi Pasien.....	42
5.2.2	Bagi Tenaga Kesehatan	42
DAFTAR PUSTAKA.....		43

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Karakteristik Subjek Penelitian.....	29
Tabel 4. 2 Kadar Gula Darah Sebelum Penerapan Senam Kaki Diabetik.....	31
Tabel 4. 3 Kadar Gula Darah Setelah Penerapan Senam Kaki Diabetik.....	32
Tabel 4. 4 Pengaruh Senam Kaki Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Sebelum dan Sesudah.....	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Pengambilan Data Awal.....	47
Lampiran 2 Surat Permohonan Ijin Penelitian Dari Kampus.....	48
Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian Dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu	49
Lampiran 4 Surat Keterangan Selesai Penelitian Dari Puskesmas Oesapa.....	50
Lampiran 5 Surat Keterangan Bebas Plagiat	51
Lampiran 6 Lembar Permohonan Menjadi Responden	52
Lampiran 7 Lembar Persetujuan Menjadi Responden (Informed Consent)	53
Lampiran 8 SOP Pengukuran Kadar Glukosa Darah	54
Lampiran 9 SOP Senam Kaki Diabetik.....	56
Lampiran 10 Lembar Observasi.....	61
Lampiran 11 Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	62
Lampiran 12 Lembar Informed Consent Tn DK.....	63
Lampiran 13 Lembar Observasi Sebelum dan Sesudah Penerapan Senam Diabetik Pertemuan 1 - 3 (Tn DK)	64
Lampiran 14 Lembar Informed Consent Ny AN	65
Lampiran 15 Lembar Observasi Sebelum dan Sesudah Penerapan Senam Kaki Diabetik Pertemuan 1 - 3 (Ny AN)	66
Lampiran 16 Dokumentasi Wawancara Pengambilan Data Awal.....	67
Lampiran 17 Dokumentasi Subjek Penelitian 1 (Tn DK).....	69
Lampiran 18 Dokumentasi Subjek Penelitian 2 (Ny AN).....	70
Lampiran 19 Lembar Konsultasi Bimbingan KTI	71