

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DIABETES MELITUS DENGAN PEMBERIAN INTERVENSI SENAM KAKI DIABETES MELITUS DI RUANG YUDISTIRA RSUP.DR.SITANALA TAHUN 2024**

Nur'Aeni Putri<sup>1</sup>, Kristna Everentia Ngasu<sup>2</sup>, Juwita Adiningsih<sup>3</sup>

Email : [aennputri01@gmail.com](mailto:aennputri01@gmail.com) [everentia@gmail.com](mailto:everentia@gmail.com) [itajuwijuwita@gmail.com](mailto:itajuwijuwita@gmail.com)

Program Profesi Ners

Universitas Yatsi Madani . Jl Arya Satika, No. 40A, Tangerang Banten

## **ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Di Indonesia beberapa kelompok Penyakit tidak menular menunjukkan kecenderungan meningkat yaitu hipertensi, penyakit jantung, stroke dan diabetes. Diabetes melitus merupakan penyakit kronis berupa gangguan metabolisme yang dipengaruhi oleh kekurangan hormon insulin dan gula darah meningkat di atas nilai normal. Pada pengidap diabetes komplikasi yang paling sering dialami adalah komplikasi pada kaki yang kini disebut kaki diabetes. Senam kaki diabetik sangat bermanfaat untuk meningkatkan aliran darah dan mencegah komplikasi kronis. Senam kaki salah satu terapi yang dapat di berikan untuk mengatasi Diabetes Melitus. **Tujuan:** untuk diketahuinya gambaran penerapan intervensi dan memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif pada senam kaki diabetes. **Metode:** Studi observasional desain yaitu studi analitik di mana pada karya tulis ilmiah ini akan mengamati dan menganalisis suatu latihan senam kaki. **Hasil penelitian:** Terapi senam kaki pada Ny. Y dapat melakukan senam kaki diabetes secara mandiri. **Kesimpulan:** senam kaki diabetes bisa diterapkan pada pasien diabetes melitus yang mengalami gangguan aliran darah perifer.

**Kata kunci:** Diabetes melitus, senam kaki diabetes, Asuhan keperawatan diabetes melitus.

Received: Agustus 2024  
Reviewed: Agustus 2024  
Published: Agustus 2024

Plagiarism Checker No 234  
Prefix DOI : Prefix DOI :  
10.8734/Nutricia.v1i2.365

**Copyright : Author**  
**Publish by : Nutricia**



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

### **PENDAHULUAN**

Diabetes melitus adalah penyakit kronis yang membutuhkan manajemen medis berkelanjutan dengan strategi pengurangan resiko multifaktorial di luar kendali glikemik. Diabetes melitus yaitu penyakit kronis yang di mana kadar gula darah di atas dari normal. Nilai normal glukosa darah (GDS)/tanpa puasa  $\leq 200$  mg/dl dan glukosa darah puasa (BKT)  $\leq 126$  mg/dl. Diabetes dipengaruhi oleh berkurangnya hormon insulin dalam darah, yang dihasilkan oleh pankreas. Diabetes melitus merupakan suatu penyakit yang berasal dari gangguan metabolisme sehingga dapat mempengaruhi kekurangan hormon insulin dan gula darah meningkat di atas nilai normal (Kementerian Kesehatan RI., 2020)

Internasional Diabetes Federation (IDF) memperkirakan bahwa setidaknya 463 juta orang berusia 20-79 tahun akan menderita diabetes diseluruh dunia pada tahun 2019, mewakili prevalensi 9,3 dari total populasi yang sesuai usia. Berdasarkan jenis kelamin, IDF memperkirakan prevalensi diabetes pada tahun 2019 sebesar 9% pada wanita 9,65% pada pria. Prevalensi diabetes diperkirakan meningkat seiring bertambahnya usia penduduk menjadi 19,9 % atau 111,2 juta orang berusia 65 hingga 79 tahun. Jumlah tersebut diproyeksikan akan terus meningkat, mencapai 578 juta pada tahun 2030 dan 700 juta pada tahun 2045.

International Diabetes Federation (IDF) juga memproyeksikan jumlah penderita diabetes pada penduduk umur 20-78 tahun pada beberapa negara di dunia yang telah mengidentifikasi 10 negara dengan jumlah penderita tertinggi. Cina, India, Dan Amerika Serikat menempati urutan tiga teratas dengan jumlah penderita 116,4 juta, 77 juta, dan 31 juta. Indonesia berada di peringkat ke-7 di antara 10 negara dengan jumlah penderita terbanyak yaitu terbesar 10,7 juta.

Indonesia menjadi satu satunya negara di Asia Tenggara pada daftar tersebut, sehingga dapat diperkirakan besarnya kontribusi Indonesia terhadap prevelensi kasus diabetes di Asia Tenggara. Di Indonesia terdapat empat provinsi dengan prevelensi tertinggi pada tahun 2013 dan 2018, yaitu di DKI Jakarta 3,4%, Yogyakarta 3,1%, Kalimantan Timur 3,1%, dan Sulawesi Utara 3% (Kementerian Kesehatan RI., 2020).

Penderita diabetes di Provinsi Banten tahun 2020 merupakan sebagai berikut, jumlah penderita diabetes melitus di Kabupaten Serang 8.000, Kabupaten Lebak 10.000, Kabupaten Panegelang 12.000, Kabupaten Tangerang 48.000, Kota Tangerang 70.000, Kota Cilegon 8000, Kota Serang 6000, Kota Tangerang Selatan 28000 berdasarkan data tersebut Kota Tangerang memiliki jumlah yang paling meningkat (Profil Kesehatan Provinsi Banten, 2021).

Komplikasi yang paling sering dialami pengidap diabetes adalah komplikasi pada kaki (15 persen) yang kini disebut kaki diabetes. Ada tiga terapi pengobatan penyakit DM, yaitu: menjalani pola hidup sehat, rutin senam diabetes, dan minum obat. Penderita diabetes dianjurkan melakukan senam diabetes 3-4 kali seminggu. Senam kaki dapat dilaksanakan secara kontinyu dan sangat dianjurkan pada penderita DM diluar aktivitas rutin sehari-hari (Widiawati et al., 2020). Senam kaki diabetik sangat bermanfaat untuk meningkatkan aliran darah dan mencegah komplikasi kronis. Selama aktivitas fisik, otot terus berkontraksi dan pembuluh darah menyempit, dengan peningkatan aliran darah antara fase kontraksi dan relaksasi (Hoerunisa et al., 2023).

### **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian yang digunakan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini adalah dengan menggunakan studi observasional (observational studies). Studi observasional adalah desain studi analitik di mana pada karya tulis ilmiah ini akan mengamati dan menganalisis suatu latihan senam kaki dilakukan selama tiga hari dengan waktu  $\pm 30$  menit, Bermanfaat untuk meningkatkan aliran darah serta mencegah terjadinya diabetes neuropati pada hasil nya pasien dapat melakukan senam kaki diabetes secara mandiri.

### **STUDI KASUS**

klien datang ke IGD pada tanggal 4 juli 2024 pukul 00.20 wib, dengan keluhan lemas disertai pusing berputar +sakit kepala muntah terus menerus 2 hari keluhan memberat hari ini. Saat Pengkajian : Klien di lakukan pengkajian pada tanggal 4 juli 2024 pukul 07.00 wib ny.y mengatakan pusing mual dan lemas +sakit kepala dan mengontrol kadar gula darah.

klien mengatakan dirumah makan sehari 3x habis 1 porsi, minum habis 2 liter, jenisnya nasi putih, tempe dan tahu, ikan, ayam, telur, sayur asem, klien mengatakan tidak ada gangguan menelak hanya mual dan muntah. Klien mengatakan selama dirumah tidak ada pantangan untuk makan dan minum yang mengandung manis. Klien mangatakan saat dirumah sakit minum 1 liter, terpasang infus nacl 500 ml/12jam, makan 3x 1/4 porsi, jenis nya bubur, nasi putih, lauk : ayam, tahu, dan sayur bening, klien tidak nafsu makan di karenakan mual.

Masalah keperawatan yang ditegakkan yaitu Ketidak stabilan kadar glukosa darah b.d hiperglikemia, Nausea b.d gangguan pankreas, Defisit pengetahuan b.d kurang terpapar informasi.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Tabel 1. Hasil Deskripsi Nilai Skor Pre-test intervensi senam kaki diabetes melitus**

Tanggal	Sebelum
04/07/2024	Pasien masi belum mengerti senam kaki diabetes
05/07/2024	Pasien sedikit sudah menghafal gerakan senam kaki diabetes
06/07/2024	Pasien sudah memahami langkah-langkah senam kaki diabetes

Tabel. 1 Menunjukkan hasil deskripsi pasien pre-test intervensi latihan senam kaki diabetes yang dilaksanakan selama tiga hari dimulai pada tanggal 04 Juli hingga 06 Juli 2024 didapatkan hasil dari hari pertama pasien masi belum mengetahui senam kaki diabetes, kedua pasien menghafal gerakan senam kaki diabetes dan ketiga pasien sudah memahami langkah-langkah senam kaki diabetes.

**Tabel 2. Hasil Deskripsi Nilai Skor Post-test intervensi senam kaki diabetes melitus**

Tanggal	Sesudah
04/07/24	Masi belum memahai cara senam kaki diabetes
05/07/24	Sedikit sudah memahai gerakan senam
06/07/24	Dapat melakukan senam kaki secara mandiri

Tabel. 2 Menunjukkan hasil deskripsi post-test intervensi latihan senam kaki diabetes yang dilaksanakan selama tiga hari dimulai pada tanggal 04 Juli hingga 06 Juli 2024 didapatkan hasil dari hari pertama masi belum memahai cara senam kaki diabetes, kedua sedikit sudah memahai gerakan senam, dan ketiga dapat melakukan senam kaki secara mandiri. Dari hasil tersebut maka intervensi latihan senam kaki diabetes dapat berpengaruh meperlancar sirkulasi dalam darah.

**Gambar.1 Dokumentasi Intervensi Latihan Senam Kaki Diabetes****Gambar.2 Dokumentasi Intervensi Latihan Senam Kaki Diabetes**

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan implementasi selama tiga hari pada penerapan asuhan keperawatan Ny. Y terhadap Diabetes Melitus teratasi sehingga didapatkan tiga diagnosis keperawatan, dari tiga diagnosis tersebut semua diagnosis teratasi dan pasien Ny. Y diberikan intervensi senam kaki diabetes untuk mencegah terjadinya diabetes neuropati pada hasil nya pasien dapat melakukan senam kaki diabetes secara mandiri.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Hoerunisa, R., Setiawan, H., Purwati, A. E., & Hidayat, N. (2023). Pengaruh Senam Kaki Diabetik terhadap Penurunan Risiko Ulkus Diabetik pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *Indogenius*, 2(2), 45–55. <https://doi.org/10.56359/igj.v2i2.227>
- Ilmiah, J., Keperawatan, B., Kaki, S., Dm, P., Nglorog, D., & Kunci, K. (2024). *Perbedaan Tanda Neuropati Perifer Diabetik Sebelum dan Sesudah Dilakukan*. 7(1).
- Kelen, F. M. (2022). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Infodatin tetap produktif, cegah, dan atasi Diabetes Melitus 2020. In *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI* (pp. 1–10).
- Lay, C., Pratikno, Dwipayana, A. A., Santoso, P., Toumbourou, T. (2021). Tinjauan Pustaka. *Laboratorium Penelitian Dan Pengembangan FARMAKA TROPIS Fakultas Farmasi Universitas Muallawarman, Samarinda, Kalimantan Timur*,
- Merangin. (2022). Gambaran Self Care Management Pada Pasien Diabetes mellitus Tipe II di UPTD Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2023. *Galang Tanjung*, 2504, 1–9.
- Mustofa, E. E., Purwono, J., Keperawatan, A., Wacana, D., Kunci, K., & Darah, K. G. (2022). *Jurnal Cendikia Muda Volume 2 , Nomor 1 , Maret 2022 ISSN 2807-3649 Mustofa , Penerapan Senam Kaki ... PENDAHULUAN World Health Organization pada tahun 2020 menyatakan bahwa diabetes adalah penyebab utama kebutaan , gagal ginjal , serangan jantung , stroke . 2, 78–86.*
- Oktavia, A. Y. (2023). *Penerapan Perawatan Luka Pada Pasien Ulkus Diabetikum Dengan Gangguan Integritas Jaringan Di RSUD Panembah Senopati*. 10–27. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Profil Kesehatan Provinsi Banten, P. K. (2021). IRBI Tahun 2021. *Profil Kesehatan Banten*, 1(6), 8–11.
- Sabrina. (2020). Kinerja keperawatan dalam asuhan keperawatan. *Open Science Framework*, 9. <https://osf.io/me7rt/download/?format=pdf>
- Sagita, L., & Sari, P. I. (2023). Penerapan Terapi Senam Kaki Diabetes Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Dengan Ketidakstabilan Glukosa Darah. *Jurnal Ilmu-Ilmu Kesehatan*, 9(1), 1. <https://doi.org/10.52741/jiikes.v9i1.61>
- Suparyanto Rosad. (2020). Defisit Pengetahuan Tanda dan Bahaya Kehamilan. *Defisit Pengetahuan*, 5(3), 248–253.

- Widiawati, S., Maulani, M., & Kalpataria, W. (2020). Implementasi Senam Kaki Diabetes Pada Penderita Diabetes Melitus di RSUD Raden Mattaher Jambi. *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)*, 2(1), 6. <https://doi.org/10.30644/jphi.v2i1.199>
- Wulandari, N. T., Nooratri, E. D., & Yuwono, J. (2023). Penerapan Senam Kaki Diabetes Melitus Terhadap Tingkat Kadar Gula Pada Lansia Penderita Diabetes Tipe II Di RSUD Kota Salatiga. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2, 140–148. <https://journal-mandiracendikia.com/index.php/JIK-MC>