

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung
Program Studi DIII Keperawatan Bogor

Zahra Nur Fadilla
NIM. P17320319098

Penerapan Senam Kaki Yang Didampingi Keluarga Untuk Menurunkan Nyeri Kaki Dan Hiperglikemia Pada Lansia Diabetes Militus Di RW 02 Kalimulya Kota Depok, Tahun 2022

i-xii + 59 Halaman, V BAB, 5 Tabel, 10 Gambar, 6 Lampiran

ABSTRAK

World Health Organization (2013), menyatakan bahwa sebanyak 80% penyandang Diabetes Militus (DM) di dunia berasal dari negara berkembang salah satunya adalah Indonesia. DM yang tertinggi adalah usia menua atau lansia dengan perkiraan jumlah lansia pada tahun 2035 sebesar 48,2 juta jiwa. Lansia dengan DM umumnya mengalami nyeri kaki, akibat pasokan darah ke kaki terhambat, sehingga penderita merasakan nyeri terus menerus pada kakinya. Senam kaki merupakan aktifitas fisik yang dibutuhkan oleh tubuh untuk membantu mencegah resistensi insulin. Tujuan penelitian ini mengetahui penerapan senam kaki yang didampingi keluarga untuk menurunkan nyeri kaki dan hiperglikemia pada lansia Diabetes Militus di RW 02 Kalimulya Kota Depok, tahun 2022. Peneliti menetapkan 4 responden yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Hasil penelitian ini menunjukkan terapi senam kaki menurunkan nyeri kaki pada lansia DM tipe 2 dengan penurunan sebanyak 3 point, dari skala nyeri sedang ke ringan (skala 1-3), dan dari skala nyeri berat ke sedang (skala 4-6). Kadar gula darah puasa menurun dengan rentang 56 - 95 mg/dl mg/dl, dan gula darah sewaktu dengan rentang 0 mg.dl – 53 mg/dl. Keluarga mendampingi responden selama intervensi 1 minggu, dengan kisaran pendampingan 58,52% sampai 78,57% Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi mengenai penerapan senam kaki terhadap penurunan nyeri pada kaki lansia Diabetes Militus.

Kata kunci : Diabetes, Senam kaki, gula darah & pendampingan keluarga
Daftar pustaka : 15 buah (2015-2021)

*Polytechnic Ministry of Health Bandung
Bogor Nursing DIII Study Program*

Zahra Nur Fadilla
NIM. P17320319076

Implementation of Foot Exercises Accompanied by Families to Reduce Foot Pain and Hyperglycemia in Elderly Diabetes Mellitus In RW 02 Kalimulya Depok City, 2022

xi-59 pages, V CHAPTER, 5 tables, 10 pictur, 6 attachments

Abstrac

The World Health Organization/WHO (2013) states that as many as 80% of people with Diabetes Mellitus in the world come from developing countries, one of which is Indonesia, the highest DM is the old age or the elderly with an estimated number of elderly people in 2035 of 48.2 million elderly people. Elderly with DM generally experience leg pain, due to blocked blood supply to the legs, so sufferers feel continuous pain in their legs. Leg exercise, is a physical activity needed by the body to help prevent insulin resistance. The purpose of this study was to determine the application of foot exercises accompanied by a family to reduce foot pain and hyperglycemia in the elderly with diabetes mellitus at RW 02 Kalimulya, Depok City, in 2022. Researchers determined 4 respondents who met the criteria. The results of this study show that foot exercise therapy reduces foot pain in the elderly with type 2 DM by a decrease of 3 points, from moderate to mild pain scale (scale 1-3), and from severe to moderate pain scale (scale 4-6). Fasting blood sugar levels decreased in the range of 56 - 95 mg/dl mg/dl, and temporary blood sugar in the range of 0 mg.dl - 53 mg/dl. The family accompanied the respondent during the 1-week intervention, with a range of assistance from 58.52% to 78.57%. It is hoped that this study can be used as information regarding the application of foot exercises to reduce pain in the feet of the elderly with diabetes mellitus

Keywords: Diabetes, Feet Gysms, Blood sugar and family support

References : 15 sources (2015-2021)