

PENGARUH SENAM KAKI DIABETES TERHADAP SENSITIVITAS KAKI PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI RSPAD GATOT SOEBROTO

Ade Irnawati Harahap

Abstrak

Diabetes Mellitus merupakan penyakit metabolik menahun yang ditandai dengan hiperglikemia kronis atau tingginya kadar gula darah akibat dari menurunnya kinerja insulin dalam tubuh. Senam kaki diabetes sebagai bentuk dari latihan jasmani untuk mencegah terjadinya neuropati dan membantu melancarkan peredaran darah di kaki. Pengukuran sensitivitas kaki dilakukan dengan cara membandingkan hasil pengukuran sensitivitas atau kepekaan menggunakan jarum, karet atau reflek hammer dengan kapas. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh senam kaki diabetes terhadap sensitivitas kaki pada pasien diabetes mellitus di RSPAD Gatot Soebroto. Metode penelitian *quasi experiment* dengan *rancangan* yang digunakan *Pretest and Posttest non equivalent control group*, jumlah responden 18 orang. Dilakukan cara pengambilan sampel sesuai dengan kriteria inklusi. Pelaksanaan Senam kaki diabetes 3 kali satu minggu selama 2 Minggu. Hasil penelitian ada perbedaan secara bermakna rata-rata sensitivitas kaki sebelum diberikan intervensi senam kaki dengan sensitivitas kaki sesudah diberikan intervensi senam kaki p value 0,0001 ($p = <0,05$) terdapat pengaruh yang signifikan pemberian senam kaki diabetes mellitus terhadap sensitivitas kaki. Penelitian ini dapat disarankan bagi pasien DM agar melakukan senam kaki diabetes secara rutin selama seminggu 3 kali dengan durasi 30 menit.

Kata Kunci : Diabetes Mellitus, Senam Kaki Diabetes, Sensitivitas Kaki

EFFECT OF GYMNASTICS DIABETES FOOT SENSITIVITY FEET WITH DIABETES MELLITUS IN THE RSPAD GATOT SOEBROTO HOSPITAL

Ade Irnawati Harahap

Abstract

Diabetes mellitus is a yearly metabolic disease that sign or alert by hyperglikemia chronic or there are increasing value or level of blood sugar caused by body insulin performance are decreasing. Diabetes foot gymnastic is one of physical training to prevent the neuropathy and to support and help blood circulation in the foot. Measurement of foot sensitivity by comparing the results of sensitivity measurements or sensitivity using needle, rubber or hammer response with cotton. The purpose of this research is to determine the effect of diabetes foot gymnastics on foot sensitivity of diabetes mellitus patients at RSPAD Gatot Soebroto. Research method by quasi experiment with *Pretest and Posttest non equivalent control group* program, with 18 peoples as respondence. Sampling method was performed according to the inclusion criteria. Diabetes gymnastic foot implementation is done in three times a week, for two weeks. The results of the research were significantly different in mean sensitivity of the foot before and after implement the diabetes gymnastic foot , p value 0,0001 ($p = <0,05$) there are significant influence for sensitivity of foot. This research can be use or ask suggestion to avoid DM by training the gymnastic foot regularly three times for a week with duration 30 minutes.

Keywords : DM, Diabetic Foot Gymanstics, Foot Sensitivity