

ABSTRAK

Diabetes mellitus merupakan penyakit yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah akibat terganggunya produksi dan fungsi hormon insulin pada tubuh. Salah satu gejala diabetes mellitus yaitu penurunan sensitivitas kaki yang ditandai dengan rasa kesemutan dan tebal pada kaki. Penelitian ini bertujuan untuk mengaplikasikan senam kaki diabetes dan pengaruhnya terhadap nilai ankle brachial index (ABI) pada pasien diabetes mellitus. Desain penelitian berupa studi kasus pada seorang pasien diabetes mellitus tipe 2. Instrumen yang digunakan berupa doppler, jelly, tissue, sphygmomanometer, kalkulator, dan alat tulis. Intervensi dengan mengaplikasikan senam kaki diabetes dengan durasi kurang lebih 30 menit dilakukan sebanyak 2 kali setiap hari. Hasil menunjukkan terjadi peningkatan nilai ABI pada pasien. Selain itu pasien mengatakan rasa kesemutan dan kaku pada kaki sudah. Dengan demikian terbukti bahwa senam kaki diabetes dapat meningkatkan nilai ABI pada pasien diabetes mellitus. Saran bagi pelayanan Kesehatan untuk mengkaji pengetahuan pasien terkait dengan senam kaki dan mengajarkannya. Karena perawatan kaki merupakan salah satu pilar perawatan mandiri yang dapat mencegah terjadinya komplikasi dan menurunkan kematian dini.

Kata kunci : Diabetes Mellitus, Gangguan Perfusi Jaringan Perifer Ekstremitas Bawah, Senam Kaki, Ankle Brachial Index

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a disease characterized by high blood sugar levels due to disruption of the production and function of the insulin hormone in the body. One of the symptoms of diabetes mellitus is a decrease in foot sensitivity which is characterized by a tingling and thick feeling in the feet. This study aims to apply diabetic foot exercise and its effect on the value of the ankle brachial index (ABI) in patients with diabetes mellitus. The research design is a case study on a patient with type 2 diabetes mellitus. The instruments used are Doppler, jelly, tissue, sphygmomanometer, calculator, and stationery. The intervention by applying diabetic foot exercise with a duration of approximately 30 minutes was carried out 2 times every day. The results showed an increase in the ABI value in patients. In addition, the patient said that he had felt tingling and stiffness in the legs. Thus it is proven that diabetic foot exercise can increase the ABI value in patients with diabetes mellitus. Suggestions for health services to assess patient knowledge related to foot gymnastics and teach it. Because foot care is one of the pillars of self-care that can prevent complications and reduce premature death.

Key words : Diabetes Mellitus, Lower Extremity Peripheral Tissue Perfusion Disorders, Foot Exercise, Ankle Brachial Index