

Pengaruh Terapi Senam Kaki Diabetik Dan Edukasi Kesehatan Dalam Pengendalian Kadar Glukosa Darah Pada Keluarga Dengan Anggota Keluarga Penderita Diabetes Melitus Tipe II Di Wilayah Puskesmas Mulyorejo

Kurnia Ayu Pratiwi

Tri Nataliswati, S.Kep., Ns., M.Kep.

ABSTRAK

DM tipe 2 prevalensinya terus meningkat. Kadar glukosa darah tidak terkontrol akibat kurang aktivitas fisik, rendahnya pengetahuan, dan dukungan keluarga belum optimal. Kombinasi Latihan Senam Kaki Diabetik dan edukasi kesehatan diyakini memberikan efek sinergis. Studi kasus deskriptif pada Tn. I (78 th) dan Ny. S (72 th) penderita DM tipe 2. Intervensi kombinasi Latihan senam kaki DM dan edukasi kesehatan diberikan dalam 4 kunjungan rumah. Evaluasi melalui pengukuran GDS dan observasi gejala klinis. Terjadi penurunan GDS pada Tn. I dari 210 mg/dL menjadi 188 mg/dL dan Ny. S dari 217 mg/dL menjadi 180 mg/dL. Keluhan pusing, lemas, polidipsia, polifagia, dan poliuria menurun. Pengetahuan keluarga meningkat. Kombinasi intervensi efektif menurunkan kadar glukosa darah melalui peningkatan sensitivitas insulin dan peningkatan pengetahuan serta dukungan keluarga. Terapi kombinasi efektif untuk pengendalian glukosa darah pada keluarga dengan anggota penderita DM tipe 2.

Kata kunci: Diabetes Melitus tipe 2, Latihan Fisik Senam Kaki Diabetik, Edukasi Kesehatan, Kadar Glukosa Darah