

Implementasi Senam Kaki Diabetik Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II
Di Rumah Sakit TK. II Pelamonia Makassar
St. Khadijah Aulia A
(2025)

Program Studi Diploma III Keperawatan
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Makassar

Fitria Hasanuddin, S.Kep., Ns., M.Kep
Rahmawati, S.Kp., M.Kes

ABSTRAK

Latar belakang: Diabetes Melitus Tipe II tidak hanya ditandai oleh peningkatan kadar glukosa darah, tetapi juga dapat menyebabkan gangguan kebutuhan nutrisi akibat komplikasi metabolisme dan penurunan nafsu makan. Salah satu pendekatan non-farmakologis yang dapat membantu meningkatkan metabolisme dan memperbaiki kondisi fisik pasien adalah melalui senam kaki diabetik. Latihan ini diyakini dapat memperbaiki sirkulasi darah, menstimulasi saraf perifer, serta membantu mengontrol kadar glukosa darah. **Tujuan:** Untuk mengetahui implementasi senam kaki diabetik pada pasien DM Tipe II dengan gangguan kebutuhan nutrisi di RS TK. II Pelamonia Makassar. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus deskriptif pada dua pasien dengan DM Tipe II yang mengalami gangguan kebutuhan nutrisi. Intervensi dilakukan satu kali sehari selama beberapa hari, yang terdiri atas tiga sesi: pemanasan (3–5 menit), latihan inti (20 menit), dan pendinginan (3–5 menit). Data dikumpulkan melalui observasi langsung, wawancara, dan pengukuran glukosa darah sebelum dan sesudah intervensi. **Hasil:** Setelah implementasi senam kaki diabetik secara rutin, terjadi penurunan kadar glukosa darah, adanya peningkatan energi dan kebugaran fisik pada pasien. Kedua pasien menunjukkan perbaikan kondisi klinis, termasuk penurunan rasa kesemutan dan peningkatan pola makan yang lebih teratur. **Kesimpulan:** Senam kaki diabetik dapat menjadi intervensi non-farmakologis yang efektif untuk membantu menurunkan kadar glukosa darah dan memperbaiki status gizi pada pasien DM Tipe II dengan gangguan kebutuhan nutrisi. Dukungan perawat dan keluarga diperlukan agar latihan dilakukan secara konsisten.

Kata kunci: Diabetes Melitus Tipe II, Senam Kaki Diabetik, Gangguan Nutrisi, Kadar Glukosa Darah, Intervensi Non-farmakologis.