

## BAB IV

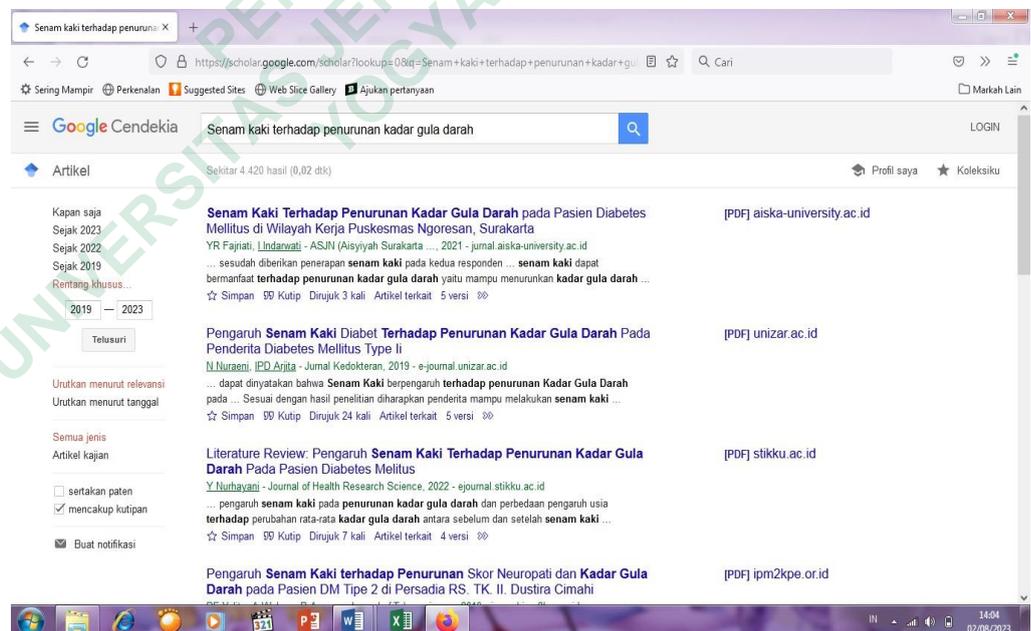
### TEKNIK Pencarian JURNAL DAN ANALISIS JURNAL

#### A. Cara Mencari Jurnal

Jurnal di cari melalui *google scholar* dengan menggunakan kata kunci “Senam kaki teradap penurunan kadar gula darah”. Digunakan juga filter tahun pencarian “2019-2023”. Dari hasil pencarian tersebut, didapatkan

4.420 jurnal. Pada halaman pertama dan di urutan pertama ditemukan jurnal Senam kaki terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas ngoresan, surakarta tahun 2021

Selanjutnya artikel dibuat ringkasan jurnal yang diserahkan kepada dosen pembimbing dan telah disetujui.



Gambar 4. 1 Tampilan Jurnal di google scholar

#### B. Resume Jurnal

##### 1. Judul Artikel

Senam Kaki Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada

Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas  
Ngoresan, Surakarta.

## **2. Nama Penulis**

Yulia Rohmah Fajriyati dan Indarwati.

## **3. Waktu dan tempat penelitian**

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas  
Ngoresan, Surakarta pada bulan April- Juli 2021.

## **4. Populasi dan sampel penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah penderita Diabetes  
Mellitus berjumlah 2 orang dan sampel sebanyak 2 orang responden

## **C. Resume IMRAD**

### **1. Introduction**

Diabetes Mellitus (DM) adalah salah satu penyakit yang menjadi masalah besar bagi kesehatan seperti penyakit jantung karena diabetes sering disebut sebagai silent killer. Diabetes mellitus berasal dari bahasa Yunani “diabainein” yang artinya tembus atau pancuran air, sedangkan Mellitus berasal dari bahasa latin yang artinya rasa manis. Di Indonesia sering disebut dengan penyakit kencing manis yang merupakan kelainan metabolisme dalam tubuh yang terjadi karena banyak faktor berupa hiperglikemia kronis dan gangguan metabolisme karbohidrat, lemak dan protein. Komplikasi jangka panjang termasuk penyakit kardiovaskuler, kegagalan kronis ginjal, kerusakan retina dapat mengakibatkan kebutaan, serta kerusakan syaraf yang membuat impotensi dan gangren yang beresiko amputasi (Lawiru, 2017).

Pengelompokan DM dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Pengelolaan terapi farmakologis yaitu pemberian insulin dan pemberian obat hipoglikemik oral. Sedangkan non farmakologis meliputi edukasi, latihan olahraga, dan diet (Aini dan Ardiana, 2016).

Senam kaki adalah kegiatan atau latihan yang dilakukan oleh pasien diabetes mellitus untuk mencegah terjadinya luka dan membantu melancarkan peredaran darah bagian kaki. Senam kaki ini bertujuan untuk memperbaiki sirkulasi darah sehingga nutrisi ke jaringan lebih lancar, memperkuat otot-otot kecil, otot betis, dan otot paha, serta mengatasi keterbatasan gerak sendi yang sering dialami oleh pasien diabetes mellitus (Wibisono, 2009 dalam Wibisana, 2017). Senam kaki ini sangat dianjurkan untuk pasien diabetes mellitus, dimana senam kaki ini bertujuan untuk memperbaiki sirkulasi darah, memperkuat otot-otot kecil, mencegah terjadinya kelainan bentuk kaki, meningkatkan kekuatan otot betis dan paha, dan mengatasi keterbatasan gerak sendi (Widianti dan Proverawati, 2010). Senam kaki diabetes ini dapat diberikan kepada seluruh pasien diabetes mellitus dengan tipe 1 maupun 2. Namun sebaiknya diberikan sejak pasien didiagnosa menderita diabetes mellitus sebagai tindakan pencegahan dini.

## 2. Method

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan rancangan penelitian studi kasus (*case study*). Sampel dalam penelitian ini adalah responden yang menderita diabetes mellitus yang berada di wilayah kerja Puskesmas Ngoresan, Surakarta yang memenuhi kriteria inklusi. Besar sampel adalah 2 orang selama 5 hari dengan waktu 30 menit. dengan cara peneliti mengajarkan kepada responden senam kaki diabetes tersebut, pengukuran gula darah dilakukan dengan dua cara yaitu sebelum penerapan senam kaki dan sesudah penerapan senam kaki, kemudian hasil gula darah dicatat atau dimasukkan dalam lembar observasi.

Kriteria inklusi adalah : responden yang menderita diabetes mellitus, responden yang bersedia ikut berpartisipasi dalam penelitian, responden dengan kadar gula darah sewaktu  $\geq 200$  mg/dl.

Intervensi yang diberikan berupa senam kaki DM

#### **4. Result**

Berdasarkan hasil pemeriksaan setelah dilakukan penerapan senam kaki sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh senam kaki DM terhadap penurunan kadar gula darah. Hal ini berarti setelah melakukan senam kaki DM, kadar gula darah mengalami penurunan dibandingkan sebelum melakukan senam kaki DM. Hasil penelitian berdasarkan hasil pemeriksaan setelah dilakukan penerapan senam kaki pada Ny. L dan Ny. S di RT 02 RW 34 Kandang Sapi Jebres Surakarta selama 5 hari dengan waktu 30 menit, senam kaki dilakukan untuk membakar kalori tubuh sehingga glukosa darah bisa terpakai untuk energi sehingga gula darah Ny. L 234 mg/dL menjadi 129 mg/dL dan Ny. S 289 mg/dL menjadi 136 mg/dL. Kadar gula darah Ny. L dan Ny. S dapat turun karena kedua responden dapat mengikuti senam kaki dengan mandiri dan maksimal.

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan kadar gula darah karena kedua responden melakukan senam kaki secara teratur selama 5 hari pada penderita diabetes mellitus melakukan aktivitas fisik berperan utama dalam pengaturan kadar gula darah. Dalam mengontrol dan menurunkan kadar gula darah dipengaruhi oleh beberapa faktor lainnya juga seperti berat badan, faktor umur, dengan mengontrol pola makan, memberikan latihan fisik yaitu senam kaki yang dapat mengontrol dan menurunkan kadar gula darah sebagai modal pengobatan kedua. Berarti senam kaki DM berpengaruh terhadap penurunan kadar gula darah

#### **5. Discussion**

Penelitian ini membuktikan bahwa adanya pengaruh senam kaki DM terhadap penurunan kadar gula darah. Hal ini dikarenakan senam kaki DM untuk memperbaiki sirkulasi darah sehingga nutrisi ke

jaringan lebih lancar, memperkuat otot-otot kecil, otot betis, dan otot paha, serta mengatasi keterbatasan gerak sendi yang sering dialami oleh pasien diabetes mellitus.

Setelah dilakukan senam kaki DM, rata-rata kadar gula darah responden mengalami penurunan gula darah yaitu 173 mg/dL dan 157 mg/dL. Selain itu, sebagian besar responden mengatakan tubuhnya menjadi lebih segar, bugar dan sehat. Senam kaki DM bisa dijadikan metode penatalaksanaan nonfarmakologi yang bertujuan untuk memperbaiki sirkulasi darah, memperkuat otot-otot kecil, mencegah terjadinya kelainan bentuk kaki, meningkatkan kekuatan otot betis dan paha, dan mengatasi keterbatasan gerak sendi. Yang dibarengi dengan menggunakan obat tradisional dan obat farmakologi.

#### **D. Rencana Aplikasi Jurnal Pada Kasus**

Berdasarkan jurnal diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan menerapkan EBN senam kaki DM pada penderita Diabetes Mellitus. Peneliti akan melakukan pengkajian kepada pasien kemudian memberikan intervensi ebn senam kaki kepada penderita diabetes mellitus, sebelum diberikan terapi ebn pasien di lakukan pemeriksaan GDS ( gula darah sewaktu) kemudian dicatat hasilnya, lalu pasien diberikan ebn selama 30 menit kemudian pasien dilakukan pemeriksaan GDS ulang dan di catat hasilnya. Outcome dari ebn ini adalah nilai GDS sebelum dan sesudah dilakukan eb