

BAB IV

TEHNIK PENCARIAN JURNAL DAN ANALISIS JURNAL

A. Cara Mencari Jurnal

Situs database jurnal yang digunakan adalah Google Scholar scholar google.com dengan menggunakan keyword awal “Pengaruh Senam Kaki Diabetes” dan “Kadar Gula” Digunakan juga filter tahun pencarian yaitu sejak 2022. Dari hasil pencarian tersebut, didapatkan 1.780 artikel. Kemudian memilih salah satu artikel yang sesuai dengan kriteria, yaitu artikel penelitian dengan judul “Pengaruh Senam Kaki Diabetes Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja PKM Ciamis Kabupaten Ciamis Tahun 2021”

Dasar pencarian jurnal dengan formulasi PICO yaitu sebagai berikut:

- P** : Populasi seluruh pasien dengan penderita DM di wilayah kerja PKM Ciamis Kabupaten Ciamis pada tahu 2021 sebanyak 3.352 orang
- I** : Intervensi yang diberikan yaitu Senam Kaki DM. Senam kaki DM tersebut dilaksanakan pada tanggal 07 – 13 Juni 2021, dengan Frekuensi olahraga secara teratur yaitu sebanyak 2-5 kali dalam seminggu.
- C** : Dalam penelitian ini tidak ada kelompok pembanding. Karena seluruh populasi melakukan intervensi tersebut.

O : *outcome* dari penelitian dalam jurnal ini adalah :

1. Klien dapat mengetahui manfaat dari Senam Kaki DM
2. Klien dapat melakukan senam kaki DM selama 2-5 kali perminggu berturut-turut dalam mengontrol ketidakstabilan kadar glukosa darah.

B. Resume Jurnal

1. *Introduction*

Diabetes mellitus merupakan penyakit kronis yang terjadi pada organ pankreas dimana dalam memproduksi insulin tidak cukup atau ketika tubuh tidak efektif. Hal ini, untuk penderita DM jika terdapat gejala dengan glukosa plasma sewaktu ≥ 200 mg/dl atau adanya gejala klasik DM dengan kadar glukosa plasma puasa ≥ 126 mg/dl atau kadar gula plasma 2 jam pada tes toleransi glukosa oral (TPGO) ≥ 200 mg/dl. O) ≥ 200 mg/dl.

Terdapat peningkatan pasien DM yang disebabkan oleh kurang sadarnya menderitanya penyakit diabetes atau dikenal dikalangan masyarakat ialah penyakit gula atau kencing manis. Hal ini, untuk penyebab DM biasanya memiliki faktor riwayat keluarga yang menderitanya DM, obesitas, aktifitas fisik, Ras atau etnis, gangguan toleransi glukosa, riwayat diabetes gestational, hipertensi, kadar kolestrol, dan riwayat kelainan darah. Untuk penatalaksanaan penderita DM untuk mengendalikan kadar gula darah dapat menerapkan pola

hidup sehat dengan diet, olahraga, dan obat-obatan. Adapun untuk mencegah terjadinya komplikasi kronis, yaitu diperlukan pengendalian DM dengan baik salah satunya dengan cara melakukan olahraga seperti senam kaki diabetes.

Penatalaksanaan olahraga atau latihan fisik ialah termasuk kedalam 5 pilar dalam penatalaksanaan diabetes yang meliputi obat-obatan, diet, pemantauan, dan edukasi. Latihan aktivitas fisik dapat meningkatkan metabolisme dan pengeluaran energi dalam tubuh, sehingga dapat menjadikan konsumsi oksigen dan energi menjadi meningkat sekitar 20 kali lipat. Oleh karena itu, penggunaan glukosa dalam jumlah besar serta tidak membutuhkan insulin dalam jumlah yang besar karena serat otot akan menjadi lebih *permeable* terhadap glukosa akibat dari kontraksi otot.

2. Method

Metode penelitian dalam jurnal ini menggunakan penelitian kuantitatif, dengan desain *pre experimental* dalam bentuk *one group pre-post test design*. Penelitian intervensi senam kaki diabetes dilakukan sebanyak 2-5 kali dalam seminggu selama 15-30 menit, intervensi ini dilakukan dengan melakukan pengukuran kadar gula darah di hari pertama sebelum pelaksanaan senam kaki dan di hari ketiga implementasi setelah dilakukan senam kaki diabetes.

3. Result

Hasil dari penelitian yang dilakukan dalam jurnal ini dengan responden yang menderita diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Ciamis Kabupaten Ciamis pada tahun 2021 didapatkan hasil glukosa darah yaitu 100% terhadap ke 16 responden berada pada kategori tinggi sebelum dilakukan intervensi senam kaki diabetes mellitus. Kemudian setelah dilakukan intervensi senam kaki diabetes pada responden sebanyak 7 (43.75%) dari 16 responden didapatkan hasil pemeriksaan kadar glukosa darah dalam rentang normal yaitu 110-180 mg/dl.

Sedangkan berdasarkan analisis menggunakan aplikasi SPSS uji *dependen paried t-test* didapatkan sebanyak 95% *confidence interval of the difference*. Dan untuk hasil *lower* 23.126 serta *upoer* 49.375 dengan hasil p value = ,000 lebih kecil dari t (0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh dari dilakukannya senam kaki diabetes terhadap penurunan kadar glukosa darah dengan diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas Ciamis.

4. Discussion

Hasil dari penelitian jurnal menurut (Ginanjari et al., 2022). Sebelum dilakukan senam kaki diabetes didapatkan hasil 100% responden memiliki kadar glukosa darah tinggi terhadap ke 16 responden. Sedangkan setelah dilakukan senam kaki diabetes sebagian memiliki kadar gula darah normal terhadap ke 7 responden dengan presentase 43,75%. Hal ini, menjadikan bahwa penatalaksanaan senam

pada penderita Diabetes Mellitus terdapat pengaruh terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes di wilayah kerja puskesmas Ciamis.

C. Rencana Aplikasi Jurnal Pada Kasus

1. Rencana penerapan pada kasus

Dalam penerapan jurnal sesuai dengan kasus yaitu dengan memilih klien sesuai dengan kriteria yaitu klien dengan diabetes mellitus, bersedia menjadi responden, bersedia untuk dilakukan tindakan senam kaki DM, dan pasien diabetes mellitus dengan tanpa penyakit penyerta. Berdasarkan jurnal untuk terapi aktivitas senam kaki DM diberikan sebanyak 2-5 kali dalam seminggu dengan rentang waktu 15 sampai 30 menit. Karena adanya keterbatasan waktu intervensi Senam kaki DM diterapkan selama 3 hari dimana di hari pertama sebelum diberikan senam kaki DM responden dilakukan pengecekan kadar glukosa darah, dan di hari ke empat setelah diberikan senam kaki DM responden dilakukan pengecekan kembali kadar glukosa darah untuk melihat hasil akhir.

Pada penelitian ini juga memperhatikan kaidah penelitian yaitu menjamin hak-hak responden, menjaga kerahasiaan responden, identitas responden, keputusan responden, dan *informed consent*. Oleh karena itu, penulis akan menjelaskan tujuan dan maksud serta SOP tindakan mengenai Senam Kaki pada pasien jika pasien setuju akan diberikan lembar *inform consent* untuk ditanda tangani pasien.

2. Bagaimana prosedur tindakan dilakukan?

Menurut (Anggraini et al., 2018), untuk prosedur pemberian senam kaki DM dilakukan dengan 10 kali hitungan setiap gerakan, yaitu sebagai berikut :

- a. Bina hubungan saling percaya, jelaskan prosedur dan tujuan terapi
- b. Persiapan alat meliputi kertas koran, kursi (jika tindakan dilakukan dalam posisi duduk).
- c. Persiapan klien: kontrak topik, waktu, tempat dan tujuan dilaksanakan senam kaki.
- d. Persiapan lingkungan: ciptakan lingkungan yang nyaman bagi klien, jaga *privacy* klien.
- e. Prosedur Pelaksanaan
 - 1) Perawat cuci tangan.
 - 2) Jika dilakukan dalam posisi duduk maka posisikan pasien duduk tegak diatas bangku dengan kaki menyentuh lantai.
 - 3) Dengan meletakkan tumit dilantai, jari-jari kedua belah kaki diluruskan ke atas lalu dibengkokkan kembali ke bawah seperti cakar ayam sebanyak 10 kali.
 - 4) Dengan meletakkan tumit salah satu kaki dilantai, angkat telapak kaki ke atas. Pada kaki lainnya, jari-jari kaki diletakkan di lantai dengan tumit kaki diangkat ke atas. Cara ini dilakukan bersamaan pada kaki kiri dan kanan secara bergantian dan diulangi sebanyak 10 kali.

- 5) Tumit kaki diletakkan di lantai. Bagian ujung kaki diangkat ke atas dan buat gerakan memutar dengan pergerakkan pada pergelangan kaki sebanyak 10 kali.
- 6) Jari-jari kaki diletakkan dilantai. Tumit diangkat dan buat gerakan memutar dengan pergerakkan pada pergelangan kaki sebanyak 10 kali.
- 7) Angkat salah satu lutut kaki, dan luruskan. Gerakan jari-jari kedepan turunkan kembali secara bergantian kekiri dan kekanan. Ulangi sebanyak 10 kali.
- 8) Luruskan salah satu kaki diatas lantai kemudian angkat kaki tersebut dan gerakkan ujung jari kaki kearah wajah lalu turunkan kembali kelantai.
- 9) Angkat kedua kaki lalu luruskan. Ulangi langkah ke 8, gunakan kedua kaki secara bersamaan. Ulangi sebanyak 10 kali.
- 10) Angkat kedua kaki dan luruskan, pertahankan posisi tersebut. Gerakan pergelangan kaki kedepan dan kebelakang.
- 11) Luruskan salah satu kaki dan angkat, putar kaki pada pergelangan kaki, tuliskan pada udara dengan kaki dari angka 0 hingga 10 lakukan secara bergantian. Gerakan ini sama dengan posisi tidur.
- 12) Letakkan sehelai koran dilantai. Bentuk kertas itu menjadi seperti bola dengan kedua belah kaki. Kemudian, buka bola itu

menjadi lembaran seperti semula menggunakan kedua belah kaki. Cara ini dilakukan hanya sekali saja.

13) Lalu robek koran menjadi 2 bagian, pisahkan kedua bagian

Koran

- a) Sebagian koran di sobek-sobek menjadi kecil-kecil dengan kedua kaki.
- b) Pindahkan kumpulan sobek-sobekan tersebut dengan kedua kaki lalu letakkan sobek-sobek kertas pada bagian kertas yang utuh.
- c) Bungkus semuanya dengan kedua kaki menjadi bentuk bola.

3. Bagaimana observasi yang dilakukan?

Metode observasi yang akan dilakukan pada intervensi ini yaitu dengan melihat nilai rata-rata kadar glukosa darah berdasarkan hasil pemeriksaan dengan menggunakan alat *glucometer* baik sebelum dilakukan tindakan senam kaki DM atau pun sesudah dilakukan tindakan senam kaki DM sebanyak 2-5 kali perminggu secara teratur.

4. Hasil/outcome apa yang akan dinilai?

- a. Klien dapat mengetahui 1 atau 2 tujuan dari senam kaki diabetes mellitus

- b. Klien dapat melakukan senam kaki diabetes mellitus dengan baik dan benar dengan intensitas sebanyak 2-5 kali dalam seminggu secara teratur.
- c. Klien dapat mengontrol kadar glukosa darah dengan rutin melakukan senam kaki diabetes mellitus.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA