

ABSTRAK

Diabetes Melitus merupakan dimana tubuh tidak dapat memproses insulin dengan baik dan dimiliki oleh sebanyak 90% dari pasien diabetes di seluruh dunia, yang sebagian besarnya adalah meningkatnya berat badan dan berkurangnya aktivitas fisik tubuh. neuropati perifer adalah salah satu yang dapat menyebabkan komplikasi kronik pada penderita diabetes melitus yang dapat di akibatkan karena adanya gangguan mikroangiopati. Neuropati perifer sering terdapat pada bagian distal serabut saraf, khususnya itu sering terdapat pada saraf ekstremitas bagian bawah. Senam kaki meningkatkan sensitivitas dan kadar gula darah pada kaki orang tua, Penelitian ini menunjukkan bahwa olahraga kaki yang teratur dan konsisten dapat menurunkan kondisi neuropati perifer hingga hampir 80%. Studi ini juga menunjukkan bahwa keterlibatan perawat dalam proses edukasi dengan menilai perilaku pasien diabetes dengan kunjungan yang lebih sering dapat meningkatkan status kesehatan pasien diabetes. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh senam kaki diabetik terhadap penurunan rasa nyeri pada pasien diabetes melitus neuropati di RSUD Royal Prima Medan Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan uji visual analog scale dengan cara ketika sedang dilakukan senam kaki diabetik peneliti memperhatikan raut wajah pada pasien untuk mengukur tingkat skala nyeri, dan pada penelitian ini sample responden yang digunakan sebanyak 30 orang yang menjadi sample penelitian. Menurut temuan penelitian ini, penurunan rasa nyeri pada pasien diabetes melitus setelah dilakukan senam kaki diabetik rasa nyeri berkurang secara signifikan. Nilai p value sekitar $0,000 < 0,005$ yang diperoleh dari hasil uji wilcoxon, menunjukkan bahwa H_a tidak diterima sedangkan H_o diterima. Hal ini membuktikan adanya pengaruh yang signifikan antara senam kaki diabetik terhadap penurunan rasa nyeri pada pasien diabetes melitus neuropati di RSUD Royal Prima Medan.

Kata kunci : Diabetes melitus, senam kaki, penurunan rasa nyeri

ABSTRACT

Diabetes Mellitus is where the body cannot process insulin properly and is owned by as many as 90% of diabetes patients worldwide, most of which are weight gain and decreased physical activity. Peripheral neuropathy is one that can cause chronic complications in people with diabetes mellitus which can be caused by microangiopathy disorders. Peripheral neuropathy is often found in the distal part of the nerve fibers, especially it is often found in the nerves of the lower extremities. Foot exercises increase sensitivity and blood sugar levels in the feet of the elderly, This study shows that regular and consistent foot exercise can reduce peripheral neuropathy conditions by almost 80%. This study also shows that the involvement of nurses in the education process by assessing the behavior of diabetes patients with more frequent visits can improve the health status of diabetes patients. The purpose of this study was to determine the effect of diabetic foot exercises on reducing pain in patients with diabetes mellitus neuropathy at RSU Royal Prima Medan This study uses a quantitative method with a visual analog scale test by observing the patient's facial expression when performing diabetic foot exercises to measure the level of pain scale, and in this study the sample of respondents used was 30 people who were the research samples. According to the findings of this study, the decrease in pain in patients with diabetes mellitus after performing diabetic foot exercises, the pain decreased significantly. The p value of around $0.000 < 0.005$ obtained from the results of the Wilcoxon test, indicates that H_a is not accepted while H_o is accepted. This proves that there is a significant effect between diabetic foot exercises on reducing pain in patients with diabetes mellitus neuropathy at RSU Royal Prima Medan.

Keywords: Diabetes mellitus, foot exercises, pain reduction