

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Tabel 4.1 pengukuran gula darah sebelum dan sesudah senam kaki diabetes melitus

Hari/Tanggal/Jam	Sebelum	Hari/Tanggal/Jam	Sesudah
Rabu/20-08-2025 10:50 Wita	203 mg/dl	Sabtu/ 23-08-2025 10:15 Wita	170 mg/dl

Gambaran karakteristik pasien dan data-data yang ditetapkan pada saat pengkajian sesuai dengan tahapan rencana penerapan sebagai berikut dapat diketahui bahwa hari pertama sebelum pengkajian gula darah Sewaktu Ny.S 203 mg/dl, Hari kedua tidak dilakukan pemeriksaan GDS dan langsung diberikan intervensi senam kaki diabetik, dan hari ketiga memberikan intervensi senam kaki diabetik dan dilakukan pemeriksaan GDS hari terakhir didapatkan hasil 170 mg/dL

B. Pembahasan

Dengan pemberian intervensi senam kaki diabetik sebagai salah satu intervensi keperawatan yang dilakukan pada Ny. S dimana hal ini dapat memicu sensitivitas sirkulasi darah dan sel saraf di daerah ekstremitas bawah, hal ini sejalan dengan penelitian *Indriyani (2023)* yang mengatakan bahwa senam kaki sangat berpengaruh terhadap penurunan kadar gula darah dan meningkatkan sensitivitas kaki pada pasien DM. Latihan senam kaki dapat memperlancar dan memperbaiki sirkulasi darah, memperkuat otot-otot kecil dan mencegah terjadinya kelainan bentuk kaki serta mengatasi keterbatasan sendi gerak. Sensitivitas sel otot yang berkontraksi terhadap insulin mengalami peningkatan sehingga kadar gula darah yang tinggi dipembulu darah dapat digunakan oleh sel

otot melalui proses glikogenesis dan glikolisis dalam menghasilkan asam lemak yang terjadi dalam sirkulasi krebs dalam menghasilkan energi.

Teori Mulianingsih *et al.*, (2021) yang dimana mengatakan bahwa senam kaki dapat menurunkan gula darah pada penderita *Diabetes Mellitus* tipe 2. Senam kaki dapat membantu memperbaiki sirkulasi darah dan memperkuat otot-otot kecil kaki dan mencegah terjadinya kelainan bentuk kaki. Selain itu dapat meningkatkan kekuatan otot betis, otot paha dan juga mengatasi keterbatasan pergerakan sendi. Senam kaki diabetes merupakan salah satu latihan jasmani yang di anjurkan untuk menurunkan kadar gula darah pasien *Diabetes Mellitus*.

Berdasarkan teori menunjukkan kesesuaian dengan fakta yang di peroleh pada pengkajian Ny.S Gula darah tinggi yang terjadi di sebabkan karena beberapa factor seperti usianya yang menganjak Lansia kebiasaan mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung gula dan obesitas. Sebelum di lakukan penerapan senam kaki diabetes melitus pada Ny.S, Ny.S sering mengeluh kesemutan dibagian ekstremitas atas dan bawah, sering buang air kecil, cepat lelah saat beraktivitas.dan sering merasa haus dan lapar, hal ini sesuai dengan teori yang menyebutkan faktor-faktor yang sering menyebabkan terjadinya Diabetes melitus di bagi menjadi dua kelompok besar yaitu factor melekat atau tidak dapat di ubah seperti jenis kelamin,umur,genetic,dan factor yang dapat di ubah seperti pola makan,kebiasaan olahraga dan lain-lain (Parkeni.,2020).