

BAB IV

PEMBAHASAN

Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan hiperglikemia akibat gangguan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Hiperglikemia yang tidak terkendali dalam jangka panjang dapat menimbulkan kerusakan serius pada berbagai organ tubuh, terutama mata, ginjal, saraf, jantung, dan pembuluh darah. Sebagai salah satu penyakit tidak menular (PTM), DM menjadi tantangan serius dalam sistem kesehatan global karena angka prevalensinya terus meningkat setiap tahun seiring dengan perubahan pola hidup masyarakat (WHO, 2023).

Dari hasil pengkajian hari pertama tingkat pengetahuan serta keterampilan pasien masih tergolong sangat rendah sehingga meningkatkan resiko terjadinya kaki diabetikM. Oleh karena itu dilakukan intervensi pemberian *pre tes* menggunakan lembar observasi dan standar operasional prosedur (sop). Apakah pasien terampil atau tidak terampil dalam melaksanakan senam kaki diabetes, didapatkan hasil 4 dari 9 soal yang dimana menunjukkan bahwa menunjukkan tingkat pengetahuan pasien masih tergolong renda sehingga diberikan edukasi melalui pelatihan senam kaki diabetes kurang lebih 15 menit dalam 2 kali sehari. hal ini dilaksanakan sebagai intervensi promotif dan preventif dalam rangka meningkatkan keterampilan pada pasien serta mencegah terjadinya kaki dibetikum. Edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan

pemahaman sekaligus melatih keterampilan pasien dalam praktek langsung.

Kemudian, hari kedua setelah diberikan edukasi dilakukan pengukuran *post tes* menggunakan lembar observasi dan sop didapatkan hasil bahwa peningkatan yang signifikan dibandingkan dengan *pre tes*, pasien sudah terampil dalam melaksanakan semua tahapan senam kaki diabetes sesuai dengan yang diajarkan dengan skor 9 dari 9 soal. Hal ini membuktikan bahwa intervensi edukasi pelatihan senam kaki diabetes efektif dalam meningkatkan pengetahuan sekaligus keterampilan pasien. Dengan demikian, hal ini dilaksanakan sebagai intervensi promotif dan preventif dalam rangka meningkatkan keterampilan pada pasien serta mencegah terjadinya kaki diabetikum.

Menurut penelitian sebelumnya bahwa pasien dengan defisit pengetahuan *foot care* perlu diberikan edukasi berupa latihan senam kaki diabetes. Hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan perawatan kaki dapat meningkatkan resiko terjadinya kaki diabetikum, Dengan demikian, intervensi berupa edukasi *foot care* dan pelatihan senam kaki diabetes tidak hanya menambah pengetahuan, tetapi juga mengasah keterampilan pasien dalam menjaga kesehatan kaki guna mencegah kaki diabetikum (Zhu, X., Xu Y., Wang, H., & Liu, L. (2022).

Senam kaki diabetes merupakan salah satu intervensi non-farmakologis yang terbukti efektif dalam mencegah dan mengurangi risiko neuropati perifer. Latihan ini bertujuan untuk memperlancar aliran darah

ke ekstremitas bawah, meningkatkan kekuatan otot, mempertahankan kelenturan sendi, serta merangsang saraf perifer. Dengan aliran darah yang lebih baik, suplai oksigen dan nutrisi ke jaringan perifer meningkat sehingga membantu memperbaiki metabolisme sel saraf dan mencegah kerusakan lebih lanjut.

Pelaksanaan senam kaki secara teratur pada pasien diabetes melitus, seperti pada Tn.W, terbukti memberikan dampak positif dalam mengurangi gejala neuropati perifer. Dari hasil implementasi, keluhan kesemutan pada kedua kaki yang sebelumnya sering dirasakan terutama di malam hari mengalami penurunan setelah pasien konsisten melakukan senam kaki. Pemeriksaan sirkulasi perifer juga memperlihatkan adanya perbaikan, antara lain pengisian kapiler yang lebih cepat, kekuatan nadi dorsalis pedis meningkat, ekstremitas terasa lebih hangat, serta nilai ankle-brachial index menunjukkan perbaikan. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang mengungkapkan bahwa aktivitas fisik sederhana, termasuk senam kaki diabetes, dapat memperbaiki perfusi perifer sekaligus menurunkan risiko terjadinya neuropati pada penderita DM.

Pada diagnosa Hiperglikemia kondisi ditandai dengan kadar glukosa darah yang melebihi nilai normal. Hasil pemeriksaan glukosa darah sewaktu (GDS)tan signifikan diatas rentang normal (≥ 200 mg/dL). secara klinis pasien mengeluhkan poliuria, rasa cepat lelah, dan penurunan berat badan. manifestasi tersebut sesuai dengan batasan karakteristik yang terdapat pada standar diagnosis keperawatan indonesia. menunjukkan peningkatan pada pasien diabetes umumnya dipengaruhi ketidak patuhan

terhadap program diet . pada saat pengjaian dilakukan pemeriksaan glukosa darah sewaktu yang dimanah hari pertama didaptkan hasil 205 mg/dL, dihari kedua 179 mg/dL, dan dihari ketiga 172 mg/dL. maka dilakukan intervensi dengan pemantauan kadar glukosa darah secara berkala, oleh sebab itu diberikan edukasi dengan metode ceramah dan diskusi mengenai diet yang sesuai dengan kebutuhan pasien, serta pendampingan dalam kepatuhan minum obat. Setelah dilakukan intervensi dan edukasi didapatkan bahwa menunjukan adanya peningkatan pemahaman tentang manajemen pola makan dan kepaatuhan terhadap terapi. Meskipun kadar glukosa darah masih perlu pemantauan lanjutan, adanya perubahan perilaku pasien dalam memperhatikan pola hidup sehat merupakan indikator positif terhadap keberhasilan intervensi keperawatan yang telah diberikan.