

ABSTRAK

Latar belakang: Diabetes Melitus Tipe II merupakan penyakit kronis yang banyak dialami lansia dan dapat menyebabkan gangguan perfusi jaringan perifer akibat aliran darah yang tidak optimal ke ekstremitas. Hal ini berisiko menimbulkan komplikasi seperti nyeri, kesemutan, bahkan ulkus kaki. Senam kaki diabetes merupakan intervensi sederhana yang bermanfaat untuk meningkatkan sirkulasi darah dan mencegah komplikasi lebih lanjut. Tujuan: Menerapkan asuhan keperawatan pada lansia dengan perfusi jaringan perifer tidak efektif melalui intervensi senam kaki.

Metode: Studi kasus deskriptif dilakukan pada salah satu lansia di RS Tarumajaya Bekasi, dimulai dari pengkajian hingga evaluasi.

Hasil: Hasil yang didapatkan selama tiga hari mengajarkan metode senam kaki, menunjukkan peningkatan perfusi perifer yang ditandai dengan berkurangnya keluhan kesemutan mulai dari skala 4 menjadi 2, serta peningkatan suhu mulai dari 35,5°C sampai 36,6°C, dan warna kulit kaki mulai dari pucat hingga kemerahan.

Kesimpulan: Senam kaki direkomendasikan untuk diterapkan sebagai aktivitas latihan yang bisa dijadwalkan untuk meningkatkan aliran darah ke anggota tubuh bagian bawah.

Kata Kunci : Diabetes Melitus, Tipe 2, Lansia, Perfusi Jaringan Perifer, Senam Kaki
Daftar Pustaka : 65 Buah