

## ASUHAN KEPERAWATAN PADA KELUARGA DENGAN STROKE DAN DIABETES MELITUS DI GAMPONG LAMTIMPEUNG KECAMATAN DARUSSALAM KABUPATEN ACEH BESAR

### NURSING CARE FOR A FAMILY WITH STROKE AND DIABETESMELLITUS IN LAMTIMPEUNG VILLAGE, DARUSSALAM SUBDISTRICT, ACEH BESAR REGENCY

Siti Shara\*<sup>1</sup>, Neti Hartaty<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Profesi Ners, Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala

<sup>2</sup>Bagian Keilmuan Keperawatan Keluarga, Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala

---

\*) Corresponding author: Neti Hartaty  
E-mail : [netihartaty@usk.ac.id](mailto:netihartaty@usk.ac.id)

#### ABSTRAK

Tingginya angka penyakit tidak menular (PTM) di Indonesia menunjukkan bahwa kesadaran masyarakat akan pentingnya penerapan gaya hidup sehat masih sangat rendah, Diabetes melitus (DM) merupakan kasus PTM terbanyak dan memiliki risiko lebih besar untuk terkena stroke. Studi kasus ini bertujuan untuk melakukan asuhan keperawatan keluarga dengan stroke dan DM. Diagnosa keperawatan yang muncul adalah ketidakefektifan perilaku pemeliharaan kesehatan terkait stroke dan ketidakefektifan perilaku pemeliharaan kesehatan terkait DM. Intervensi keperawatan keluarga merujuk pada lima tugas keperawatan keluarga yaitu Penkes tentang penyakit stroke, diet stroke, Latihan *Range Of Motion* (ROM), rendam kaki air hangat, menyarankan olahraga ringan dan istirahat cukup serta memanfaatkan fasilitas kesehatan. Intervensi yang dilakukan pada masalah DM berupa penkes proses penyakit, diet DM dan terapi senam kaki, dan pemanfaatan pelayanan kesehatan. Hasil evaluasi proses keperawatan adanya peningkatan pengetahuan, keterampilan, motivasi untuk meningkatkan status Kesehatan dalam memenuhi lima tugas Kesehatan keluarga. Kesimpulan didapatkan keluarga sudah mencapai sasaran dan tujuan yang diharapkan tetapi belum optimal. Diharapkan kepada puskesmas untuk rutin melakukan pemeriksaan Kesehatan dengan metode *home visit* terutama bagi anggota keluarga yang sulit mengunjungi fasilitas Kesehatan.

**Kata kunci:** Stroke, Diabetes Melitus, Asuhan Keperawatan

#### ABSTRAK

*The high prevalence of non-communicable diseases (NCDs) in Indonesia indicates that public awareness of the importance of adopting a healthy lifestyle remains very low. Diabetes mellitus (DM) is the most common NCD and carries a greater risk of stroke. This case study aimed to provide family nursing care for a family with stroke and DM. The nursing diagnoses identified were ineffective health maintenance behaviors related to stroke and ineffective health maintenance behaviors associated with DM. Family nursing interventions referred to the five family nursing tasks, including health education about stroke, stroke diet, range of motion (ROM) exercises, warm foot soaking, encouraging light exercise and adequate rest, and utilizing healthcare facilities. Interventions for DM included health education about the disease process, DM diet, foot exercise therapy, and utilization of healthcare services. The evaluation of the nursing care process showed improvements in knowledge, skills, and motivation to enhance health status in fulfilling the five family health tasks. The conclusion revealed that the family had achieved the expected targets and goals, although not yet optimally. It is recommended that community health centers (puskesmas) conduct regular health examinations through home visits, particularly for family members who have difficulty accessing healthcare facilities.*

**Keywords** : Stroke, Diabetes Mellitus, Nursing Care

#### Article History:

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

## PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyakit yang tidak bisa ditularkan dari orang ke orang dan perkembangannya memerlukan jangka waktu yang panjang atau biasa disebut dengan kronis. PTM seperti diabetes melitus, stroke, penyakit jantung dan hipertensi merupakan masalah kesehatan yang semakin meningkat di Indonesia dan salah satu penyebab kematian terbanyak di Indonesia (Fishman *et al.*, 2021). Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO, 2022) sekitar 41 juta orang meninggal dunia setiap tahun atau setara dengan 74 % dari semua kematian secara global disebabkan oleh PTM. Stroke dan diabetes melitus termasuk dalam PTM yang menjadi suatu masalah dalam Kesehatan penting diseluruh dunia karena prevalensinya yang tinggi dan terus meningkat setiap tahunnya (Kemenkes, 2020). Selain itu, deteksi dini melalui pemeriksaan kesehatan berkala sangat penting untuk mengidentifikasi dan mengelola faktor risiko sebelum berkembang menjadi penyakit serius salah satunya seperti stroke (Kemenkes RI, 2024).

Stroke merupakan penyakit gangguan fungsi otak serius yang terjadi akibat aliran darah ke otak tiba-tiba terhenti karena penyumbatan atau pecahnya pembuluh darah, yang menyebabkan hipoksia otak dan tidak ada perdarahan. Sekitar 16% mortalitas pada kejadian stroke diakibatkan karena peningkatan glukosa darah di dalam tubuh. Stroke dan diabetes cenderung terjadi secara berdampingan, dengan setidaknya satu dari empat orang yang mengalami stroke juga menderita diabetes. Mekanisme yang mendasari terjadinya diabetes melitus pada stroke yaitu adanya proses aterosklerosis, di mana 30% orang dengan diabetes melitus memiliki aterosklerosis otak (Karyadiputra, 2025).

Stroke secara global menduduki peringkat ketiga angka kematian setelah penyakit jantung koroner (13%) dan kanker (12%) di negara maju. Prevalensi stroke di Amerika Serikat berkisar sekitar 7 juta (3,0%). Cina merupakan negara dengan tingkat kematian cukup tinggi akibat stroke (19,9%) dari seluruh kematian bersamaan dengan Afrika dan Amerika Utara. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi stroke di Indonesia tercatat sebesar 8,3 per 1.000 penduduk usia di atas 15 tahun. Angka ini menunjukkan bahwa stroke masih menjadi salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia. Prevalensi tertinggi ditemukan di Daerah Istimewa Yogyakarta dengan 11,4 per

### Article History:

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

1.000 penduduk. Sebaliknya, prevalensi terendah tercatat di Papua Pegunungan, Papua Tengah, dan Papua, masing-masing dengan angka di bawah 5 per 1.000 penduduk (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Upaya pencegahan melalui program promotif dan preventif perlu terus dilakukan untuk menekan angka kejadian stroke di Indonesia. Sedangkan berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi stroke di Aceh tercatat sebesar 8,8 per 1.000 penduduk, sedikit lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional yang mencapai 8,3 per 1.000 penduduk. Penderita stroke yang berada dalam keadaan gula darah yang tinggi, berpotensi memperparah penyakit strokenya dari pada penderita stroke dengan kadar gula darah yang normal. Terjadinya hiperglikemia atau diabetes melitus menyebabkan kerusakan dinding pembuluh darah besar (Gustian, dkk, 2023).

Diabetes melitus (DM) adalah penyakit gangguan metabolik yang disebabkan oleh gagalnya organ pankreas dalam memproduksi hormon insulin. (Kemenkes RI, 2020). Dampak pada fisik yang terjadi pada pasien diabetes melitus antara lain kelelahan, kulit terasa panas, pandangan mulai kabur, penurunan berat badan, peningkatan buang air kecil, sering merasa haus dan lapar, mudah mengantuk dan merasa lemas dan kesemutan. Sedangkan masalah psikologis yang sering terjadi pada pasien diabetes melitus antara lain ansietas, stress, cemas, dan tidak nyaman (PERKENI, 2019).

Selain masalah stroke, prevalensi penyakit diabetes melitus di Indonesia juga sangat tinggi. Hasil Riskesdas (2018) berdasarkan pemeriksaan gula darah, prevalensi diabetes melitus naik dari 6,9% menjadi 8,5%. Tingkat prevalensi DM di Aceh juga terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun, misalnya dari 2,1% pada tahun 2007 menjadi 2,4% pada tahun 2018. Di provinsi Aceh berdasarkan hasil survey Puskesmas pada 23 kabupaten dan kota pada tahun 2019 terdapat sebanyak 30,555 jiwa pasien yang menderita diabetes melitus (Dinkes Aceh, 2019).

Program yang dilakukan dalam penanggulangan diabetes melitus meliputi pengobatan dan perawatan pada penderita diabetes melitus, dan memberikan penyuluhan secara langsung meliputi diet, olahraga, dan obat (Hestiana, 2017). Sedangkan menurut konsensus Perhimpunan Endokrinologi Indonesia (PERKENI, 2019), pilar pengendalian DM meliputi latihan jasmani, terapi gizi medis, intervensi farmakologis, dan edukasi. Keberhasilan proses kontrol terhadap penyakit DM salah satunya ditentukan oleh

#### Article History:

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

kepatuhan pasien dalam mengelola pola makan atau diet sehari-hari. Hal ini agar mencegah timbulnya komplikasi dari penyakit DM.

Masalah yang sering terjadi didalam keluarga dalam merawat anggota keluarga dengan stroke dan diabetes melitus adalah kurangnya pengetahuan keluarga tentang penyakit dan kurangnya kemampuan dalam menjaga diet. Untuk itu diperlukan peran perawat dan keluarga. Peran perawat sangat dibutuhkan bukan hanya *educator* bagi keluarga, tetapi juga sebagai pemberi asuhan */care giver* guna mengurangi beban yang dirasakan oleh keluarga. Dalam hal ini perawat membantu keluarga dalam mencapai lima fungsi Kesehatan keluarga.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus dalam pelaksanaan asuhan keperawatan keluarga, yang meliputi tahap pengkajian, penetapan diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Asuhan keperawatan diberikan kepada keluarga Ny. E yang berdomisili di desa Lamtimpeung Kecamatan Darussalam Kabupaten Aceh Besar dan dilaksanakan pada tanggal 11-22 Maret 2025. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen pengkajian keperawatan keluarga serta alat bantu pemeriksaan fisik seperti sphygmomanometer, stetoskop, LILA, dan penlight. Analisis data dilakukan dengan mengelompokkan hasil pengkajian ke dalam data subjektif dan objektif. Setelah masalah keperawatan dalam keluarga diidentifikasi dari hasil pengkajian, peneliti melakukan skoring bersama keluarga untuk menentukan prioritas masalah yang perlu diselesaikan terlebih dahulu. Tahapan selanjutnya meliputi penyusunan intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, serta evaluasi terhadap asuhan yang telah diberikan.

## HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil pengkajian keperawatan yang dilakukan mulai tanggal 11- 15 Maret 2025 diketahui bahwa Ny. E mengalami stroke kurang lebih 6 tahun. Ny. E tidak patuh dalam program rehabilitas yang ia jalani. Keluarga sangat berperan penting dalam status Kesehatan, begitupun dalam penanganan pasien pasca stroke Dimana keluarga sangat berperan. Menurut penelitian Rosiana (2012) bahwa semakin tinggi dukungan keluarga

### Article History:

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

kepada pasien stroke, semakin patuh mereka dalam menjalani program rehabilitas. Oleh karena itu, peran atau dukungan keluarga sangat diperlukan dalam mendampingi pasien stroke menjalani rahabilitas agar berjalan sesuai dengan rencana pengobatan (Wardani, 2015).

Selain itu, Hasil pengkajian pada Ny. E menunjukkan bahwa Ny. E tidak pernah melakukan aktivitas fisik dan terdapat pengetahuan yang kurang terkait penyakit DM dan Latihan senam kaki pada penderita diabetes melitus, padahal dengan adanya aktivitas fisik seperti senam kaki diabetes sangat bermanfaat untuk mengatasi gangguan sensivitas pada kaki dan berpengaruh untuk menurunkan kadar gula darah serta dapat memperlancar dan memperbaiki sirkulasi darah, memperkuat otot-otot kecil dan mencegah terjadinya kelainan bentuk kaki serta mengatasi keterbatasan sendi Gerak (Priyanto S, 2019).

Hasil pengkajian juga menunjukkan bahwa keluarga tidak mengetahui penyebab terjadinya stroke maupun cara penanganannya. Demikian juga mengenai kurangnya pengetahuan terkait dengan DM dan penanganannya. Sejalan dengan penelitian Santosa, 2019 yang mengatakan pengetahuan merupakan suatu domain yang dianggap penting untuk membentuk tindakan seseorang (overt behaviour). Perilaku seseorang yang didasari pengetahuan akan lebih bertahan lama dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pendidikan kesehatan merupakan bagian dari keseluruhan upaya kesehatan (promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif) yang menitikberatkan pada upaya untuk meningkatkan perilaku hidup sehat (Widodo, 2018).

## PEMBAHASAN

Intervensi yang diberikan kepada keluarga Ny. E mengacu pada lima tugas utama kesehatan keluarga, yaitu mengenali masalah kesehatan, mengambil keputusan yang tepat, merawat anggota keluarga yang sakit, melakukan modifikasi lingkungan, dan memanfaatkan fasilitas kesehatan.

Implementasi yang dilakukan merujuk pada intervensi yang telah ditentukan sebelumnya. Untuk diagnosis pertama, yaitu ketidakefektifan perilaku pemeliharaan kesehatan terkait dengan stroke, intervensi dilakukan dengan merujuk pada tugas kesehatan keluarga yang pertama yaitu mengenal masalah kesehatan memberikan dampak signifikan dan efektif terhadap perubahan yang mengarah pada peningkatan pemeliharaan

### Article History:

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

diri, sehingga hal ini akan mengurangi biaya kesehatan komplikasi yang berhubungan dengan kondisi (Adam, dkk, 2018). Pendidikan kesehatan merupakan proses perubahan perilaku secara terencana pada diri individu, kelompok atau masyarakat untuk dapat lebih mandiri dalam mencapai hidup sehat dengan mengubah perilaku yang tidak sehat atau belum sehat menjadi perilaku sehat (Bakri, 2020).

Pada tugas kedua membuat keputusan untuk merawat anggota keluarga yang sakit, perawat memberikan dukungan kepada keluarga agar dapat membuat keputusan dalam merawat anggota keluarga yang sakit. Tugas utama keluarga kedua yaitu mampu memutuskan dalam menentukan tindakan yang tepat agar masalah kesehatan dapat teratasi. Dukungan keluarga merupakan unsur terpenting dalam membantu individu menyelesaikan masalah. Dengan adanya dukungan keluarga, maka akan dapat menambah rasa percaya diri dan dapat memotivasi untuk menghadapi masalah yang terjadi (Setiyaningsih & Ningsih, 2019).

Tugas ketiga yaitu merawat anggota keluarga yang sakit, Intervensi yang diberikan oleh perawat adalah melakukan demonstrasi Range of motion (ROM). Teknik ROM adalah salah satu tindakan keperawatan mandiri non farmakologi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kekuatan otot yang mengalami kelemahan, karena teknik ini apabila dilakukan dengan tepat, dapat membantu dalam mempertahankan dan membangun kekuatan otot, mempertahankan fungsi sendi, mencegah deformitas, menstimulasi sirkulasi, mengembangkan ketahanan, dan meningkatkan relaksasi (Paramitha & Noorhamdi, 2021). Pasien Stroke membutuhkan perbaikan kemampuan motorik ekstremitas melalui program rehabilitasi (Park & Park, 2016). Salah satu upaya untuk mencegah terjadinya cacat permanen pada pasien stroke maka perlu dilakukan latihan mobilisasi dini berupa latihan ROM (Range Of Motion) yang dapat meningkatkan atau mempertahankan fleksibilitas dan kekuatan otot (Syahrin et al., 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Irsan et al., (2020) menyatakan ROM berpengaruh terhadap kekuatan otot para penderita stroke apabila dilakukan dengan frekuensi dua kali sehari dalam enam hari dengan durasi waktu 10-15 menit dalam sekali latihan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Natasya & Nooratri (2024) kekuatan otot pada responden pertama meningkat secara signifikan dari skala 0 sampai skala 2 setelah dilakukan latihan ROM selama lima hari secara teratur, dan pada responden kedua terjadi peningkatan kekuatan otot dari skala 1 sampai skala 2 setelah

**Article History:**

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

dilakukan latihan ROM selama lima hari secara teratur.

Intervensi selanjutnya yang diberikan pada tugas merawat anggota keluarga yang sakit dengan stroke yaitu rendam kaki air hangat. Air hangat adalah satu media terapi yang bisa digunakan untuk pengobatan, efek hidrostatis, hidrodinamik dan suhu hangatnya yang membuat peredaran darah di dalam tubuh menjadi lancar. Selain dapat memperlancar peredaran darah, air hangat juga memberikan efek ketenangan bagi tubuh (Yulfa, 2013). Salah satu media yang menggunakan air hangat untuk terapi adalah dengan Hidroterapi. Hidroterapi adalah metode pengobatan menggunakan air untuk mengobati atau meringankan berbagai keluhan (Yulfa, 2013). Hidroterapi rendam hangat ini sangat mudah dilakukan oleh semua orang, tidak membutuhkan biaya yang mahal, tidak memiliki efek samping yang berbahaya (Perry & Potter, 2006). Terapi latihan di air juga dapat meningkatkan penyerapan oksigen ke dalam jaringan saraf, membuat jaringan sendi menjadi lebih lentur, menurunkan rasa nyeri, memberikan efek relaksasi, dan meningkatkan kemampuan gerak anggota tubuh. (Prasetyo, 2009).

Tugas kesehatan keluarga keempat yaitu keluarga mampu memodifikasi lingkungan, Lingkungan merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap derajat kesehatan masyarakat di samping faktor perilaku, genetik dan akses pelayanan kesehatan (Yuningsih, 2019). Intervensi keperawatan yang diberikan adalah menganjurkan keluarga untuk membuk jendela rumah di pagi hari agar masuknya pencahayaan di dalam rumah.

Kemudian untuk tugas kesehatan keluarga yang kelima yaitu mampu memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan, intervensi keperawatan yang dipilih adalah perawat mengenalkan kepada keluarga bahwa terdapat banyak fasilitas kesehatan yang dapat dimanfaatkan oleh keluarga seperti Puskesmas, klinik dan praktek dokter untuk dikunjungi serta dilakukan pemeriksaan Kesehatan.

Diagnosa kedua yaitu masalah ketidakefektifan perilaku pemeliharaan kesehatan terkait dengan diabetes melitus. Pada pertemuan pertama, peneliti melakukan tugas kesehatan keluarga pertama yaitu mengenal masalah kesehatan keluarga, pelaksanaan implementasi yang dilakukan adalah perawat memberikan edukasi tentang diabetes melitus meliputi pengertian, batas normal kadar gula darah, menjelaskan faktor resiko, penyebab, tanda gejala, dan menjelaskan komplikasi penyakit DM. Berdasarkan hasil penelitian, pendidikan kesehatan memberikan dampak yang signifikan dan efektif terhadap perubahan

#### Article History:

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

yang mengarah pada peningkatan pengetahuan untuk penderita diabetes, sehingga hal ini akan mengurangi biaya Kesehatan komplikasi yang berhubungan dengan kondisi diabetes yang tidak terkontrol (Adam, Connor, & Garcia, 2018). Pendidikan kesehatan merupakan bagian dari keseluruhan upaya kesehatan (promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif) yang menitikberatkan pada upaya untuk meningkatkan perilaku hidup sehat (Widodo, 2014). Pemberian pendidikan kesehatan pada keluarga dengan masalah diabetes mellitus terbukti efektif meningkatkan pengetahuan keluarga (Maulana, H, 2009). Tidak hanya itu, melalui pendidikan kesehatan dapat membantu keluarga mengambil sikap yang lebih baik dalam merawat anggota keluarganya (Mardhiah & Abdulla, 2013).

Selain pendidikan mengenai penyakit diabetes melitus, intervensi untuk tugas keluarga yang kedua yaitu memberikan motivasi kepada keluarga untuk memutuskan agar mampu merawat anggota keluarga dengan diabetes melitus dalam hal menjaga pola konsumsi makanan. Hal ini dikarenakan keluarga masih mengkonsumsi makan dan minuman manis. Berdasarkan penelitian Rahmawati (2018), kebiasaan mengkonsumsi makanan manis berisiko tinggi memiliki kadar gula darah yang tidak terkontrol sehingga perlu untuk dikurangi. Keluarga juga mengatakan masih kurang menjaga pola makan khususnya pengaturan jadwal makan. Hasil penelitian Susanti (2018) menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengaturan jadwal dan pola makan dengan kadar gula darah pada penderita DM karena keterlambatan atau keseringan makan akan mempengaruhi kadar gula darah. Oleh karena itu, disini perawat memberikan pendidikan kesehatan terkait pengaturan diet DM konsep piring makan model T. Konsep piring makan Model T untuk membantu penerapan gizi seimbang memberikan gambaran untuk keluarga dapat mengetahui ukuran porsi makanan yaitu 1/2 dari piring makan terdiri dari sayur dan buah, 1/4 dari piring makan diisi dengan protein dan 1/4 dari piring makan diisi dengan karbohidrat (Kemenkes RI, 2019). Pada penderita DM dengan asupan karbohidrat yang tinggi melebihi kebutuhan, memiliki resiko lebih besar untuk tidak dapat mengendalikan kadar glukosa darah (Sari, 2015). Sedangkan mengkonsumsi makanan tinggi serat dapat mengatur glukosa darah dan mengurangi kebutuhan insulin (Abdurrachim, 2017).

Pada hari selanjutnya, perawat memberikan intervensi tugas ketiga untuk menumbuhkan kesadaran diri bagi seluruh keluarga untuk dapat saling merawat kesehatan terutama merawat anggota keluarga yang sakit, menjelaskan pentingnya keterlibatan

**Article History:**

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

anggota keluarga untuk merawat anggota keluarga yang sakit, intervensi yang dilakukan adalah perawat menjelaskan tentang latihan fisik yang bisa dilakukan untuk penderita DM yaitu senam kaki diabetes dengan menjelaskan pengertian, manfaat dan mendemonstrasikan gerakan dari senam kaki diabetes, kegiatan berlangsung selama 60 menit. Senam kaki merupakan salah satu latihan fisik bagi penderita diabetes untuk meningkatkan sirkulasi darah. Latihan ini mudah untuk dilakukan dan dapat membantu agar lebih banyak jaringan kapiler terbuka sehingga memungkinkan lebih banyak reseptor insulin tersedia dan aktif. Kondisi ini akan meningkatkan fungsi saraf dengan mempermudah saraf memperoleh nutrisi dan oksigen. Selain itu, senam kaki juga memberikan manfaat untuk memperkuat otot-otot kecil, mencegah terjadinya kelainan bentuk kaki serta mengatasi keterbatasan gerak (Ra'bung, Gusni & Salamung, 2021). Menurut Hardika (2018), senam kaki yang dilakukan secara terarah dan teratur secara signifikan terbukti dapat menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus.

Intervensi yang dilakukan selanjutnya adalah memberikan intervensi tugas keempat yaitu terkait tugas keluarga mampu memodifikasi lingkungan yaitu pencegahan diabetes dapat dilakukan dengan periksa kaki ke pelayanan kesehatan apabila kulit terkelupas, kemerahan, atau luka, memeriksa alas kaki dari benda-benda asing sebelum memakai, selalu menjaga kaki dalam tidak basah dan keadaan bersih, mengoleskan krim pelembab pada kaki yang kering, memotong kuku secara teratur, membersihkan sela-sela jari kaki secara teratur setiap kali dari kamar mandi atau tempat-tempat yang basah (PERKENI, 2021).

Untuk mencapai tugas kelima keluarga, perawat memotivasi keluarga memanfaatkan pelayanan kesehatan. Perawat menganjurkan untuk mengunjungi layanan kesehatan jika dirasakan masalah tidak dapat diselesaikan. Salah satu pelayanan kesehatan yang dapat dikunjungi yaitu Puskesmas atau ke klinik terdekat yang biasa keluarga kunjungi. Perawat juga menganjurkan keluarga untuk rutin mengikuti kegiatan posbindu yang diadakan di desa.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil pembahasan studi kasus Penulis dapat menyimpulkan bahwa keluarga sudah mencapai sasaran dan tujuan yang diharapkan yaitu adanya peningkatan pengetahuan dan adanya peningkatan keterampilan dalam memenuhi lima tugas Kesehatan keluarga sebagai dukungan utama, keluarga diharapkan mampu bersikap positif dalam

### **Article History:**

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

merawat anggota keluarganya. Diharapkan kepada puskesmas untuk rutin melakukan pemeriksaan Kesehatan dengan metode *home visit* terutama bagi anggota keluarga yang sulit mengunjungi fasilitas Kesehatan.

## REFERENSI

- Abdurrachim, R. (2017). Fiber intake and physical exercise contributed to blood glucose level in outpatients with type 2 diabetes melitus. *Indonesian Journal of Nutrition and Dietetic*, 5(2).
- Dinas Kesehatan Provinsi Aceh. (2023). Cegah Stroke dengan Aktivitas Fisik.
- Fishman, J., Yang, C., & Mandell, D. (2021). *Attitude theory and measurement in implementation science: a secondary review of empirical studies and opportunities for advancement*. *Implementation Science*, 16(1), 87.
- Gustian, A.U., Safirza, S., & Mursyida. (2023). Hubungan kadar gula darah sewaktu dengan kejadian stroke di rumah sakit meuraxa banda aceh tahun 2023. *Medika Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 22(4).
- Hardika, B. D., (2018). Penurunan gula darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Melalui Senam Kaki Diabetes. *MEDISAINS: Jurnal Ilmiah Ilmu—Ilmu Kesehatan*, XVI(6), pp,60-66.
- Hestiana D. W. (2017) Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Dalam Pengelolaan Diet pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Kota Semarang. *Jurnal of Health Education*, 2(2)
- Karyadiputra, E., Setiawan, A., Ramadhani, B., & Purnomo, I. I. (2025). APLIKASI PREDIKSI RESIKO PENYAKIT STROKE. *Technologia: Jurnal Ilmiah*, 16(2), 306-312.
- Kemendes RI. (2019). *Infodatin Hipertensi: Si Pembunuh Senyap*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemendes RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Jakarta: Kemendes RI.
- PERKENI. (2019). *Pedoman pengelolaan dan pencegahan prediabetes di Indonesia 2019*. In PERKENI. Penerbit Airlangga University Press.

### Article History:

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>

- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.
- Sari, A. L. (2015). Hubungan asupan karbohidrat terhadap kadar gula darah pasien rawat jalan diabetes melitus Tipe II DI RSUD Dr. MOEWARDI. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Setyaningsih, R., & Ningsih, S. (2019). Pengaruh Motivasi, Dukungan Keluarga Dan Peran Kader Terhadap Perilaku Pengendalian Hipertensi. *Journal On Medical Science*, 6(1).
- Susanti. (2018). Hubungan pola makan dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus, *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 3(1).

**Article History:**

Received: Juli 15, 2025; Revised: Juli 18, 2025; Accepted: Agustus 01, 2025

Available in <https://globalnursingandpublichealth.org/index.php/gnph>