

ABSTRAK

Diabetes adalah penyakit jangka panjang atau kronis yang ditandai dengan kadar gula darah (glukosa) yang tinggi atau lebih tinggi dari normal. Dengan kadar gula darah yang tinggi akan menyebabkan komplikasi salah satunya adalah menurunnya nilai *Ankle Brachial Index*. Senam Ergonomik menjadi salah satu alternatif terapi nonfarmakologi yang dapat meningkatkan nilai *Ankle Brachial Index*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Senam Ergonomik terhadap Nilai ABI. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasy experiment pre post with control group*. Penelitian ini melibatkan 36 responden yang dipilih dengan cara *purposive sampling*. Data dianalisis dengan menggunakan *paired sample t-test* dan *independent sample t-test*. Hasil penelitian didapatkan rerata nilai ABI pada kelompok kontrol didapatkan nilai mean 0,711 sedangkan pada kelompok intervensi didapatkan nilai mean 0,656 dan didapatkan nilai *p-value* <0,05 (0,000) yang menunjukkan terdapat pengaruh senam ergonomik terhadap nilai ABI pasien DM Tipe 2. Adanya aktifitas senam ergonomik, salah satu manfaatnya adalah melancarkan peredaran darah pada daerah kaki sehingga dapat meningkatkan nilai ABI pada penderita DM Tipe 2. Penelitian selanjutnya diharapkan jumlah sampel lebih banyak dan dapat membandingkan intervensi mana yang lebih efektif untuk meningkatkan nilai ABI pada pasien DM Tipe 2.

Kata Kunci : *Ankle Brachial Index*, Diabetes Melitus Tipe 2, Senam Ergonomik

Literatur : 37 Jurnal

4 Buku

ABSTRACT

Diabetes is a long-term or chronic disease characterized by high or higher-than-normal blood sugar (glucose) levels. With high blood sugar levels will cause complications, one of which is a decrease in the value of the Ankle Brachial Index. Ergonomic Gymnastics is one alternative nonpharmacological therapy that can increase the value of Ankle Brachial Index. This study aims to determine the Effect of Ergonomic Gymnastics on ABI Value. The design used in this study was quasy experiment pre post with control group. This study involved 36 respondents selected by purposive sampling. Data were analyzed using paired sample t-test and independent sample t-test. The results of the study obtained an average ABI value in the control group obtained a mean value of 0.711 while in the intervention group a mean value of 0.656 was obtained and a p-value of <0.05 (0.000) was obtained which showed the influence of ergonomic gymnastics on the ABI value of Type 2 DM patients. The existence of ergonomic gymnastics activities, one of the benefits is to improve blood circulation in the leg area so that it can increase the ABI value in patients with Type 2 DM. Future studies are expected to have a larger number of samples and be able to compare which interventions are more effective for increasing ABI values in Type 2 DM patients.

Keywords: Ankle Brachial Index, Diabetes Mellitus Type 2, Ergonomic Gymnastics

Literature : 37 Journals

4 Books