Digital Repository Universitas Jember

Jurnal Kesahatan Tambusai

Volume 6, No. 3 September 2025

PENERBIT :
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
email : research@universitaspahlawan.ac.id

Digital Repository Universitas Jember
Volume 6, Nomor 3, September 2025 ISSN : 2774-5848 (Online)
ISSN : 2777-0524 (Cetak)

IMPLEMENTASI SENAM KUSTA TERHADAP KESIAPAN PENINGKATAN MANAJEMEN KESEHATAN DI WILAYAH UPT PUSKESMAS PADANG : STUDI KASUS

Dwi Ochta Pebriyanti[1*], R Endro Sulistyono[2], Suhari[3], Primasari Mahardhika Rahmawati[4], Lia Parwati[5], Handhi Agung Setyawan[6]
Universitas Jember[1,2,3,4,5], UPT Puskesmas Padang[6]
**Corresponding Author :* 760017245@mail.unej.ac.id

ABSTRAK
Kusta merupakan penyakit infeksi kronik akibat *Mycobacterium leprae* yang menyerang kulit dan saraf tepi, serta berisiko menyebabkan kecacatan permanen jika tidak ditangani secara tepat. Untuk mencegah komplikasi penyakit dan mencapai kondisi kesehatan yang optimal, diperlukan kesiapan peningkatan manajemen kesehatan untuk meningkatakan kualitas hidup penderita yang lebih baik**.** Salah satu intervensi yang dapat diterapkan yaitu senam kusta. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi implementasi senam kusta sebagai upaya peningkatan manajemen kesehatan dan pencegahan komplikasi pada penderita kusta. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus yang dilakukan pada satu partisipan berinisial Tn. M di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Padang Kabupaten Lumajang. Teknik pengambilan data menggunakan wawancara, observasi, dan dokumentasi, serta dianalisis secara tematik berdasarkan proses asuhan keperawatan. Setelah dilakukan implementasi selama tiga kali kunjungan, partisipan menunjukkan peningkatan kemampuan dalam melakukan gerakan senam, penurunan frekuensi kram, peningkatan motivasi menjaga kesehatan, serta adanya keterlibatan keluarga dalam mendampingi. Selain itu, dukungan keluarga terbukti berperan penting dalam meningkatkan motivasi partisipan dan keberhasilan terapi. Implementasi senam kusta efektif sebagai terapi nonfarmakologis yang mudah diterapkan, mampu mencegah kontraktur, meningkatkan fungsi motorik, serta memperkuat dukungan keluarga dalam proses pemulihan. Oleh karena itu, senam kusta dapat menjadi rekomendasi dari intervensi untuk meningkatkan kualitas hidup penderita kusta.

Kata kunci : asuhan keperawatan, implementasi, kusta, senam kusta

ABSTRACT
Leprosy is a chronic infectious disease caused by Mycobacterium leprae that affects the skin and peripheral nerves, and can lead to permanent disability if not treated properly. One intervention that can be implemented is leprosy exercise. This study aims to explore the implementation of leprosy exercise as an effort to improve health management and prevent complications in leprosy patients..This study used a qualitative method with a case study approach conducted on one participant with the initials Mr. M in the working area of the UPT Health Center in Padang, Lumajang District. Data collection techniques included interviews, observations, and documentation, analyzed thematically based on the nursing care process. After three implementation visits, the participant demonstrated improved ability to perform exercise movements, reduced frequency of cramps, increased motivation to maintain health, and family involvement in accompaniment. Additionally, family support was found to play a crucial role in enhancing the participant's motivation and the success of the therapy. The implementation of leprosy exercises is effective as a non-pharmacological therapy that is easy to apply, capable of preventing contractures, improving motor function, and strengthening family support in the recovery process. Therefore, leprosy exercises can be recommended as an intervention to improve the quality of life of leprosy patients.

Keywords *: nursing care, implementation, leprosy, leprosy exercise*

PENDAHULUAN
Kusta adalah penyakit infeksi kronik yang disebabkan oleh kuman *Mycobacterium leprae*. Penyakit ini bersifat kronis, menyerang kulit, saraf tepi, dan organ tubuh lain kecuali saraf

Digital Repository Universitas Jember

pusat. Terlambatnya dalam deteksi dini dan tatalaksana kasus kusta dapat mengakibatkan kecacatan, pada mata, tangan, dan kaki (N. Nabilla et al., 2020). Kusta pada umumnya ditemukan di negara-negara berkembang sebagai akibat dari menurunnya kemampuan negara-negara tersebut dalam menyediakan layanan kesehatan, pendidikan, kesejahteraan sosial, dan peluang ekonomi yang memadai bagi masyarakatnya (Agustina et al., 2024). Menurut Kemenkes (2022) Prevalensi kasus kusta di Indonesia sebesar 0,55 per 10 ribu. Prevalensi ini naik 0,05 dibanding tahun 2021, yang sebesar 0,5 per 10 ribu penduduk. Sebanyak 12.612 kasus baru ditemukan sepanjang tahun 2022 dengan proporsi kasus anak 9,75%, kasus baru tanpa cacat 83,23%, dan persentase penderita kusta yang telah menyelesaikan pengobatan tepat waktu/Release From Treatment (RFT) 87%. Pada semester pertama tahun 2023, penderita penyakit kusta di Indonesia berkisar 13 ribu orang (Kementrian Kesehatan, 2023).

Menurut Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur, kasus kusta di Jawa Timur pada tahun 2024 sebanyak 5,40 per 100.000 penduduk (Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur, 2025). Berdasarkan data Dinas Kesehatan P2KB Lumajang (2024) jumlah penderita kusta yang masih diobati di Kabupaten Lumajang sebanyak 101 penderita, sedangkan jumlah penderita kusta baru jenis PB dan MB sejumlah 67 penderita, dengan kasus terbanyak jenis MB yaitu sejumlah 66 penderita. Menurut data Puskesmas Padang (2024) di Kecamatan Padang jumlah penderita kusta sebanyak 7 penderita, dengan jumlah penderita baru jenis PB dan MB sebanyak 3 penderita (Data Puskesmas Padang). Penyakit Hansen, yang sebelumnya dikenal sebagai lepra atau kusta, merupakan infeksi yang disebabkan oleh bakteri *Mycobacterium leprae* yang dapat terjadi pada semua usia yaitu dari usia bayi hingga usia lanjut dan lebih banyak meyerang laki-laki (H.R et al., 2022)

Penularan kusta terjadi melalui kontak erat dan berkepanjangan,oleh karena masa inkubasi yang panjang, menyebabkan penderita tidak menyadari jika ia telah terinfeksi bakteri sehingga memungkinkan untuk menularkan pada orang lain (Kasim et al., 2024). Cara penularan kusta masih belum diketahui dengan pasti, namun diperkirakan melalui kontak langsung penderita kusta ke orang lain melalui inhalasi dan kontak kulit. Proses penularan umumnya berlangsung melalui droplet atau percikan cairan saluran napas, seperti ludah atau dahak yang keluar saat penderita batuk atau bersin (Darmawan & Rusmawardiana, 2020). Setelah terinfeksi, bakteri *Mycobacterium leprae* dapat menimbulkan respons inflamasi akut pada lesi kulit dan menyebabkan neuritis atau peradangan saraf tepi. Kusta yang tidak ditangani lebih baik akan menimbulkan masalah yang kompleks seperti kecacatan (Rahmawati et al., 2025). Kecacatan kusta tergantung dari fungsi saraf mana yang rusak. Kecacatan akibat penyakit kusta dapat terjadi melewati 2 proses yaitu infiltrasi langsung *M.leprae* ke susunan saraf tepi dan organ misalnya mata, dan melalui reaksi kusta. Secara umum fungsi saraf ada 3 macam, yaitu fungsi motorik memberikan kekuatan pada otot, fungsi sensorik memberi sensasi raba, nyeri dan suhu serta fungsi otonom mengurus Kelenjar keringat dan kelenjar minyak (Kemenkes RI, 2012 dalam Mahanani & Nurmasfufah, 2020).

Minimnya pengetahuan tentang kusta dan tingginya stigma negatif yang melekat di masyarakat membuat penderita enggan berobat dan merahasiakan kondisinya (Mahfud et al., 2024). Hal ini menyebabkan penularan infeksi yang konstan dan tingkat kecacatan yang lebih tinggi. Oleh karena itu, dukungan keluarga sangat penting dalam proses penyembuhan. Diperlukan kesiapan dalam meningkatkan manajemen kesehatan agar keluarga mampu mengelola dan mengintegrasikan penanganan penyakit ini ke dalam kehidupan sehari-hari guna mencapai kondisi kesehatan yang optimal (N. Nabilla et al., 2020). Senam kusta merupakan latihan fisik yang menitikberatkan pada stimulasi motorik saraf bagi penderita kusta (Ulfah et al., 2020). Senam kusta berfungsi untuk memperlancar peredaran darah untuk mengurangi risiko kelumpuhan (Safira Wijayanti et al., 2023). Latihan ini berperan dalam memperkuat otot, mencegah penurunan kekuatan, serta menjaga massa otot. Dengan rutin melakukan senam ini, penderita kusta dapat memperoleh manfaat optimal berupa peningkatan

Digital Repository Universitas Jember

kekuatan otot tangan dan kaki, sekaligus mencegah terjadinya kontraktur otot (Ulfah et al., 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Ulfah (2020), yang melakukan senam kusta terhadap 30 partisipan didapatkan hasil bahwa senam kusta dapat dilakukan dengan baik oleh penderita kusta dan dapat mengurangi kecacatan. Studi Kasus ini bertujuan untuk mencegah kecacatan dan meningkatkan kualitas hidup penderita kusta.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskripsi tunggal dengan satu partisipan yaitu keluarga dengan anggota terdiagnosis kusta yang bertempat tinggal di wilayah kerja UPT Puskesmas Padang Kabupaten Lumajang. Partisipan dipilih dengan menggunakan metode purposive sampling. Intervensi yang diberikan berupa senam kusta pada keluarga pasien kusta dengan kesiapan peningkatan manajemen kesehatan. Protokol intervensi dilakukan selama 30 menit selama 6 hari. Pengumpulan data yang dikumpulkan secara kuantitatif dan kualitatif melalui wawancara terstruktur dan observasi untuk mengeksplorasi pengalaman partisipan secara komprehensif dengan pedoman pengkajian asuhan keperawatan keluarga, dengan pendekatan proses keperawatan . Informed consent dilakukan untuk menjelaskan prosedur pelaksaan dan meminta persetujuan kepada pasien dan keluarga. Studi kasus ini telah dilakukan uji etik oleh Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Keperawatan Universitas Jember dengan Nomor : 243/UN25.1.14/KEPK/2024.

HASIL

Pengkajian

Hasil pengkajian yang dilaksanakan pada tanggal 18 November 2024 didapatkan hasil yaitu partisipan berinisial Tn.M berusia 72 tahun, jenis kelamin laki-laki bekerja sebagai petani tebu. Hasil anamnesa klien mengatakan terkadang tangannya tiba-tiba sering kram. Riwayat sebelumnya Tn.M memeriksakan dirinya ke dokter spesialis kulit, dari dokter tersebut partisipan mendapatkan pengobatan dan meminum obat selama 6 bulan, lalu partisipan berhenti meminum obat kusta dikarenakan meminum obat diabetes mellitus, lalu kusta kambuh kembali. Selama kusta kambuh Tn.M menjalani program pengobatan di Puskesmas Padang. Pada saat ini Tn.M mengatakan ingin mengatur masalah pada kesehatannya dan tata cara pencegahannya dan Tn. M mengatakan sudah membiasakan memakai alas kaki apabila pergi ke sawah, sebelum mengetahui tentang sakinya Tn. M tidak menggunakan alas kaki ketika ke sawah. Hasil pemeriksaan tanda-tanda vital yaitu: TD: 110/80 mmHg, N: 72x/m, RR: 24x/m, S: 36°C. Hasil ananmesa pada keluarga Tn.M yaitu Ny. N yang berstatus sebagai istri Tn.M mengatakan tidak tahu tindakan apa yang harus dilakukan saat suaminya mengalami kram mendadak, sehingga sering kali hanya membiarkan keluhan tersebut mereda sendiri.

Analisa Data dan Diagnosisi Keperawatan

Proses keperawatan pada Tn.M dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Proses Keperawatan pada Tn.M

Klien	Analisis Data	Diagnosa Keperawatan	Tujuan	Intervensi
1	DS: Tn.M mengatakan ingin mengatur masalah pada kesehatannya	Kesiapan Peningkatan Manajemen Kesehatan berhubungan dengan ketidakmampuan	TUM Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3 kali kunjungan	Edukasi Latihan Fisik (I.12389) Observasi Identifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi Terapeutik

Digital Repository Universitas Jember

	dan tata cara pencegahannya Tn.M mengatakan sudah membiasakan memakai alas kaki apabila pergi ke sawah DO: Tn.M tampak meningkatkan hidup untuk memenuhi tujuan kesehatan	keluarga dalam merawat anggota yang sakit	diharapkan manajemen kesehatan meningkat TUK . Melakukan tindakan untuk mengurangi faktor risiko . Merapkan program perawatan Verbalisasi kesulitan dalam menjalani program perawatan	Sediakan materi dan media pendidikan kesehatan Jadwalkan pendidikan kesehatan sesuai kesepakatan Berikan kesempatan untuk bertanya Edukasi Jelaskan manfaat kesehatan dan efek fisiologis olahraga Jelaskan jenis latihan yang sesuai dengan kondisi kesehatan Jelaskan frekuensi, durasi, dan intensitas program latihan yang diinginkan Ajarkan latihan pemanasan dan pendinginan yang tepat Ajarkan teknik menghindari cedera saat berolahraga Ajarkan teknik pernapasan yang tepat untuk memaksimalkan penyerapan oksigen selama latihan fisik

Implementasi Keperawatan

Implementasi yang dilakukan pada partisipan berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia menurut PPNI (2018) yaitu edukasi latihan fisik, pada kasus ini terdapat modifikasi dari bentuk edukasi latihan fisik yaitu senam kusta. Implementasi ini dilakukan selama 6 hari dengan 3 kali kunjungan dengan waktu pelaksanaan selama 30 menit. Implementasi kunjungan pertama yang dilakukan pada partisipan yaitu mengidentifikasi kesiapan dan kemampuan partisipan dalam menerima informasi, menjelaskan jenis latihan yang sesuai dengan kondisi partisipan, menyepakati jadwal pelaksanaan senam secara bertahap. Serta memberikan edukasi dasar tentang kusta dan senam kusta, dengan menyediakan materi edukasi berbentuk poster.

Implementasi kunjungan ke-2 peneliti memberikan demonstrasi dan pelatihan langsung senam kusta (latihan fisik sederhana). Rangkaian senam ini terdiri dari latihan pemanasan yang terdiri dari gerakan ringan tangan dan kaki untuk mengurangi risiko cedera, selanjutnya senam kusta inti yang terdiri dari peregangan jari, rotasi pergelangan tangan, dan latihan otot kaki, serta yang terakhir yaitu latihan pendinginan yang terdiri dari peregangan otot perlahan. Selanjutnya peneliti memberikan penguatan positif kepada partisipan agar percaya diri melakukan latihan secara mandiri. Implementasi kunjungan ke-3 peneliti mengevaluasi perkembangan latihan senam kusta, memberikan umpan balik dan koreksi terhadap gerakan yang belum tepat serta mengkaji perubahan fisik yang dirasakan partisipan setelah 3 kali sesi. Selain itu peneliti juga menguatkan kembali manfaat dan pentingnya menjaga konsistensi latihan.

Evaluasi Keperawatan

Setelah dilakukan implemetasi selama 6 hari dengan 3 kali kunjungan didapatkan hasil evaluasi kunjungan pertama partisipan antusias dan kooperatif dalam menerima informasi, partisipan mengatakan baru mengetahui pentingnya senam bagi penderita kusta. Selain itu keluarga partisipan (Ny. N) menunjukkan ketertarikan untuk ikut mendampingi. Evaluasi kunjungan ke-2 Partisipan dapat mengikuti semua gerakan dengan cukup baik, meskipun masih kaku saat melakukan senam. Partisipan dan keluarga mengatakan bersedia untuk melakukan senam secara mandiri. Evaluasi kunjungan ke-3 partisipan mengatakan mengalami penurunan frekuensi kram pada kaki dan merasa lebih ringan saat bekerja di sawah. Selain itu partisipan

Digital Repository Universitas Jember

tampak meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi untuk menjaga kesehatan secara mandiri, dan keluarga partisipan (Ny. N) mulai aktif mendampingi dan ikut mengingatkan waktu senam.

PEMBAHASAN

Hasil pengkajian didapatkan partisipan berumur 72 tahun, jenis kelamin laki-laki bekerja sebagai petani. Menurut Fauziani (2024) penyakit kusta cenderung lebih sering terjadi pada laki-laki daripada perempuan hal ini terjadi karena faktor-faktor seperti keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan selama hari kerja, ketakutan kehilangan pekerjaan akibat stigma penyakit kusta, serta aktivitas fisik berat yang lebih sering dilakukan laki-laki turut meningkatkan risiko keterlambatan diagnosis dan kecacatan (Fauziani et al., 2024). Jenis pekerjaan dapat memengaruhi risiko seseorang terkena penyakit kusta. Individu yang bekerja sebagai petani atau buruh memiliki kemungkinan 3,5 kali lebih tinggi untuk tertular kusta dibandingkan dengan mereka yang bekerja di bidang lain. Pekerjaan yang menuntut aktivitas fisik berat, seperti pekerjaan kasar, sering kali menyebabkan kelelahan fisik, yang diduga turut meningkatkan kerentanan terhadap infeksi kusta (Nabilla et al., 2024). Hal ini sejalan dengan penelitian Dianita (2020) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara jenis pekerjaan dengan kejadian kusta dengan nilai p (0.002) < α (0,05).

Partisipan mengatakan sering mengalami kram pada bagian kaki. Hal ini sejalan dengan Basuki & Widasmara (2020) bahwa karakteristik kusta merupakan penyakit infeksi kronis yang menyerang saraf tepi, kulit, dan jaringan tubuh lainnya, kecuali susunan saraf pusat. Gejala neuropatik seperti ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, sehingga dapat dilakukan intervensi rehabilitatif secara rutin, seperti senam kusta, untuk membantu menjaga fungsi saraf dan otot, mencegah kontraktur, serta mengurangi gejala yang mengganggu seperti kram dan kesemutan. Riwayat penyakit sebelumnya partisipan memeriksakan dirinya ke dokter spesialis kulit, dari dokter tersebut partisipan mendapatkan pengobatan dan meminum obat selama 6 bulan, lalu partisipan berhenti meminum obat kusta dikarenakan meminum obat diabetes mellitus, lalu kusta kambuh kembali. Kekambuhan didefinisikan sebagai munculnya kembali tanda dan gejala penyakit setelah menjalani terapi multiobat secara lengkap. MDT merupakan pengobatan utama untuk penyakit kusta dan mencakup rifampisin, dapson, dan klofazimin. MDT mencegah resistensi dapson, Pedoman WHO tahun 2018 merekomendasikan pengobatan dengan rifampisin, dapson, dan klofazimin untuk kusta pausibasiler dan kusta multibasiler masing-masing selama 6 dan 12 bulan (Maymone et al., 2020).

Pengobatan pada penderita kusta bertujuan untuk memutuskan mata rantai penularan, menyembuhkan penyakit penderita, mencegah terjadinya cacat atau mencegah bertambahnya cacat yang sudah ada sebelum pengobatan (Ahmad et al., 2023). Kesembuhan pasien kusta akan semakin cepat dan sesuai waktu yang ditentukan jika mematuhi seluruh aturan pengobatan yang dianjurkan. Kesiapan peningkatan manajemen kesehatan merupakan pola pengaturan dan pengintegrasian program kesehatan ke dalam kehidupan sehari-hari yang cukup untuk memenuhi tujuan kesehatan dan dapat ditingkatkan (PPNI, 2016). Partisipan menyatakan keinginannya untuk mengelola masalah kesehatan dan pencegahannya dan memilih untuk hidup dengan sehari-hari tepat untuk memenuhi tujuan program kesehatan. Melalui upaya edukasi yang berkelanjutan dan melibatkan berbagai pihak, kita dapat meningkatkan pemahaman masyarakat tentang penyakit ini dan mengurangi stigma sosial yang melekat padanya (Martos-Casado et al., 2022 dalam Pati et al., 2024).

Edukasi mengenai penyakit kusta diharapkan mampu meningkatkan pemahaman masyarakat, sehingga deteksi dini dan penanganan yang tepat dapat dilakukan guna mencegah terjadinya kecacatan serta mengurangi stigma sosial. Beragam metode intervensi diterapkan dalam upaya edukatif ini, salah satunya melalui penggunaan media poster. Poster berperan sebagai alat bantu visual yang efektif dalam mendukung proses penyampaian informasi

Digital Repository Universitas Jember

kesehatan kepada masyarakat (Darmi et al., 2024). Dalam studi kasus ini peneliti memberikan edukasi tentang senam kusta. Senam Kusta adalah suatu gerakan badan yang berfokus pada olah gerak motorik saraf pada penderita kusta, latihan ini dapat meningkatkan penguatan dan dapat mencegah penurunan kekuatan otot dan mempertahankan massa otot, sehingga dengan melakukan senam kusta yang manfaat gerakannnya untuk meningkatkan kekuatan otot-otot tangan dan kaki penderita kusta dapat diketahui secara maksimal dan dapat mencegah kontraktur otot (Ulfah et al., 2020).

Implementasi ini dilakukan selama 6 hari dengan 3 kali kunjungan dengan hasil partisipan mengatakan mengalami penurunan frekuensi kram pada kaki dan merasa lebih ringan saat bekerja di sawah. Menurut Triandari & Supriyadi (2023) terapi latihan senam kusta dapat diberikan untuk meningkatkan kekuatan otot sehingga dapat mengoptimalkan aktifitas fungsional penderita. Selain itu partisipan tampak meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi untuk menjaga kesehatan secara mandiri setelah menerima informasi tentang penyakit kusta. Hal ini membuktikan bahwa edukasi kesehatan memiliki dampak yang baik dalam membentuk kesadaran dan kemandirian pasien. Sebagian besar penyakit yang dialami oleh individu maupun yang muncul di lingkungan masyarakat sering kali disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan pemahaman yang salah terhadap informasi kesehatan. Komunikasi kesehatan berperan penting dalam hal ini, yaitu dengan memanfaatkan media dan layanan komunikasi untuk menyampaikan informasi serta memengaruhi keputusan yang berkaitan dengan peningkatan dan pengelolaan kesehatan, baik secara pribadi maupun dalam lingkup masyarakat (Abidillah et al., 2023).

Manfaat dari edukasi mengenai penyakit kusta adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang pentingnya pencegahan, yang dapat merbentuk perilaku hidup sehat serta menurunkan risiko penularan kusta. Sehingga, masyarakat dapat hidup lebih sehat dan tetap produktif baik secara ekonomi maupun sosial (Simbolon et al., 2023). Pemberian edukasi tentang kusta/lepra sangat membantu penambahan pengetahuan masyarakat tentang kusta/lepra, sehingga diharapkan dapat berkelanjutan dan dilakukan secara langsung dengan melakukan *screening* secara langsung (Wedayani et al., 2022). Pada implementasi ini keluarga partisipan (Ny. N) juga turut aktif mendampingi dan ikut mengingatkan waktu senam. Dukungan keluarga adalah suatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperolah dari orang lain yang dapat dipercaya, sehingga seseorang akan tahu bahwa ada orang lain yang memperhatikan, menghargai dan mencintainya. Dukungan ini merupakan sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap penderita yang sakit. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung akan selalu siap memberi pertolongan dan bantuan yang diperlukan (Tuturop et al., 2022).

Hal ini sejalan dengan Hidayah et al. (2020) yang menyatakan dukungan keluarga sangat berperan dalam memotivasi penderita kusta dalam upaya perawatan diri kusta. Menurut Rewa et al. (2021)Salah satu faktor yang memengaruhi praktik dalam keluarga bukan hanya terletak pada bantuan dalam merawat, tetapi juga pada tingkat kesadaran dan keinginan individu itu sendiri. Sebab, motivasi dipengaruhi oleh berbagai hal, terutama dari dalam diri seseorang. Oleh karena itu, keberhasilan perawatan kusta sangat dipengaruhi oleh sinergi antara dukungan keluarga dan motivasi internal pasien. Kombinasi ini menjadi kunci dalam membangun perilaku perawatan diri yang berkelanjutan dan efektif. Menurut peneliti implementasi senam kusta merupakan pendekatan yang efektif dalam mendukung pemulihan fungsi motorik penderita kusta.

Peningkatan kemampuan partisipan dalam melaksanakan gerakan kusta secara mandiri serta terjadi penurunan kekakuan otot menunjukkan bahwa senam kusta mudah diterapkan dan dapat memberikan manfaat dalam mencegah komplikasi seperti kontraktur otot. Keterlibatan keluarga dalam proses pelatihan senam kusta dapat memperkuat dukungan keluarga yang dapat meningkatkan keberhasilan terapi nonfarmakologis. Oleh karena, peneliti menyarankan senam

Digital Repository Universitas Jember

kusta ini dapat dijadikan salah satu intervensi dalam rehabilitasi kusta untuk mengkatkan kualitan hidup pasien.

KESIMPULAN

Implementasi senam kusta pada Tn. M dengan kesiapan peningkatan manajemen kesehatan menunjukkan hasil positif, antara lain penurunan frekuensi kram, peningkatan kekuatan otot, serta meningkatnya motivasi dan kepercayaan diri dalam menjaga kesehatan secara mandiri. Keterlibatan aktif keluarga dalam proses pelaksanaan senam kusta turut memperkuat efektivitas intervensi ini. Dengan demikian, senam kusta dapat dijadikan sebagai bagian dari intervensi keperawatan dalam upaya rehabilitasi pasien kusta.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada UPT Puskesmas Padang yang telah memfasilitasi dan membantu penelitian ini. Terimakasih kepada Universitas Jember dan tim kelompok riset-dimas: Densus (*disaster, social, empowerment, mental health and Comunity health nursing studies*) atas dukungan baik secara moral maupum material sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu.

DAFTAR PUSTAKA

Abidillah, E., Hannan, M., & Huzaimah, N. (2023). Peran media informasi, efikasi diri, dan perilaku keluarga dalam upaya mencegah penularan kusta. Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO), 4(1), 27–35. https://doi.org/10.36590/kepo.v4i1.562

Agustina S, S., Dewi, F. Y., & Yulita, A. A. (2024). Celah atau kesalahan dalam diagnostik dan terapi kusta. Jurnal Sehat Indonesia (JUSINDO), 6(01), 359–368. https://doi.org/10.59141/jsi.v6i01.91

Ahmad, I., Ishak, S. N., & B. Toduho, N. (2023). Analisis kepatuhan minum obat pada penderita kusta di Wilayah Kerja Puskesmas Kalumata. Jurnal Sains Sosial Dan Humaniora (Jssh), 3(1), 45–52. https://doi.org/10.52046/jssh.v3i1.1542

Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur. (2025). Kasus penyakit menurut Kabupaten/Kota dan jenis penyakit di provinsi jawa timur 2024. https://jatim.bps.go.id/id/statistics-table/3/YTA1Q1ptRmhUMEpXWTBsQmQyZzBjVzgwUzB4aVp6MDkjMw==/kasus-penyakit-menurut-kabupaten-kota-dan-jenis-penyakit-di-provinsi-jawa-timur--2024.html?year=2024

Basuki, S., & Widasmara, D. (2020). Pemeriksaan kualitas hidup pasien kusta tipe multibasiler dengan disability grade 0 dan 2 mazaya atif. Jdva, 1(1), 27–40.

Darmawan, H., & Rusmawardiana. (2020). Sumber dan cara penularan Mycobacterium leprae. Tarumanagara *Medical Journal*, 2(1), 186–197. https://doi.org/10.24912/tmj.v2i2.7860

Darmi, M., Johari, A., Sahrial, S., & Guspianto, G. (2024). *Health education method on leprosy prevention: Integrative Review. Archives of Razi Institute*, *79*(1), 1–12. https://doi.org/10.32592/ARI.2024.79.1.1

Dianita, R. (2020). Perbandingan determinan kejadian kusta pada masyarakat daerah perkotaan dan pedesaan. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development*, *4*(Special 3), 692–704.

Fauziani, A. N., Anggraini, D. I., Hanriko, R., & Sibero, H. T. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi derajat kecacatan kusta. *Medical Profession Journal of Lampung (MEDULA)*, *14*(1), 101–105.

H.R, R. A., Yuniati, L., Roem, N. R., Vitayani, S., & Setiawati, S. (2022). Karakteristik

Digital Repository Universitas Jember

penderita lepra (kusta) yang menjalani pengobatan rawat jalan di puskesmas tamalate makassar periode 2018-2021. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, *3*(5), 357–365.

Hidayah, E. N., Ginandjar, P., Martini, M., & Udiyono, A. (2020). Hubungan tingkat pengetahuan, sikap dan tingkat dukungan keluarga dengan praktik perawatan diri pada penderita kusta di kota semarang. Jurnal Ilmiah Mahasiswa, 10(1), 10–14. https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jim/index

Kasim, V. N., Yusuf, N. A. R., & Salawali, S. H. (2024). Pencegahan penularan penyakit kusta melalui peningkatan kemampuan masyarakat dalam phbs dengan kesehatan jiwa (psikosisal) di Desa Buntulia Selatan. Jurnal Kolaboratif Sains, 7(9), 3545–3550. https://doi.org/10.56338/jks.v7i9.6021

Kemenkes. (2022). Mari Kalahkan Kusta. https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/blog/20240418/0745284/mari-kalahkan-kusta/

Kementrian Kesehatan. (2023). Laporan Kinerja Direktorat P2PM Tahun 2023. https://p2p.kemkes.go.id/wp-content/uploads/2024/02/Lapkin-2023-P2PM_16022024.pdf

Mahanani, S., & Nurmasfufah, I. (2020). Perilaku pencegahan cacat pada pasien kusta. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, 5(1), 231–238. https://doi.org/10.30651/jkm.v5i1.4919

Mahfud, M. P., Yuniati, L., Adharia, Vitayani, S., & Frisa, S. (2024). Karakteristik penderita lepra (kusta) yang menjalani pengobatan rawat jalan di puskesmas tamalate makassar periode 2017 - 2022. Jurnal Pendidikan Tambusai, 8(1), 15127–15135. https://doi.org/10.33096/fmj.v3i5.231

Maymone, M. B. C., Venkatesh, S., Laughter, M., Abdat, R., Hugh, J., Dacso, M. M., Rao, P. N., Stryjewska, B. M., Dunnick, C. A., & Dellavalle, R. P. (2020). *Leprosy: Treatment and management of complications. Journal of the American Academy of Dermatology*, *83*(1), 17–30. https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jaad.2019.10.138

Nabilla, N., Nurmaida, E., & Utami, S. (2020). *Leprosy patients behavior in the working area of Puskesmas Umbulsari, Jember Regency. Journal of Agromedicine and Medical Sciences*, *6*(1). https://doi.org/https://doi.org/10.19184/ams.v6i1.14950

Nabilla, S. A., Dwi, I. A., Anggraeni, J. W., & Hendra, T. S. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan terapi pasien kusta. Medula, 14(2), 355–359.

Pati, J. M., Wungouw, H. I. S., & Pertiwi, J. M. (2024). Analisis persepsi dan pengetahuan masyarakat terhadap penyakit kusta di kelurahan masarang ,. Jurnal Kesehatan Tambusai, 5, 13933–13946.

PPNI. (2016). Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik (Edisi 1). Jakarta: DPP PPNI.

PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan (Edisi 1). Jakarta: DPP PPNI.

Rahmawati, P. M., Suhari, Sulistyono, R. E., Pebriyanti, D. O., Triana, D., & Purwanto, A. F. (2025). Studi kasus implementasi pemberian VCO dan edukasi kesehatan pada keluarga penderita penyakit kusta di Wilayah Kerja Puskesmas Sukodono. *Binawan Student Journal (BSJ)*, *7*(April), 52–61.

Rewa, N. E., Lea, A. I., & Febriyanti, E. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga terhadap motivasi berobat penderita kusta di wilayah kerja puskesmas se-kota kupang. *CHM-K Applied Scientific Journals*, *4*(1), 41–47.

Safira Wijayanti, I., Wibowo, P., Dewi Poerwanti, S., Santoso, B., & Nugroho Puspito, A. (2023). Proses reintegrasi sosial orang yang pernah mengalami kusta (oypmk) (Studi terhadap mantan penderita kusta di Desa Cangkring, Kecamatan Jenggawah, Jember). *Multidisciplinary Journal*, *6*(1), 24. https://doi.org/10.19184/multijournal.v6i1.45037

Simbolon, P., Simbolon, N., Saragih, P., Ginting, A., Boris, J., Hutauruk, A., & Ginting, N.

Digital Repository Universitas Jember

(2023). Perawatan dan edukasi kusta di gema kasih. 641-Jurnal Pengabdian Masyarakat 2023-3140-3-10-20240229. 6(1), 323–328.

Triandari, L., & Supriyadi, A. (2023). *Manajemen fisioterapi pada xerosis, nyeri dan kelemahan otot dengan modalitas oiling, infra red dan terapi latihan pada kasus kusta tipe multibasiler*. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, *2*(8), 3053–3060. https://doi.org/10.31548/zemleustriy2022.02

Tuturop, K. L., Adimuntja, N. P., & Borlyin, D. E. (2022). Faktor risiko kejadian penyakit kusta di Puskesmas Kotaraja. *Jambura Journal of Epidemiology*, *1*(1), 1–10. https://doi.org/10.37905/jje.v1i1.14622

Ulfah, M., Purwaningsih, T., Himawan, F., & Suparjo, S. (2020). Pelatihan perawatan diri, stimulasi syaraf perifer dan teknik relaksasi otot progresif pada Kelompok Perawatan Diri (KPD) Kusta di Kota Tegal. JABI: Jurnal Abdimas Bhakti Indonesia, 1(2), 13. https://doi.org/10.36308/jabi.v1i2.221

Wedayani, N., Hidajat, D., & Ramdhani, D. (2022). Pengenalan dan edukasi penyakit kusta (*morbus hansen*) di RSUD Manambae, Sumbawa Besar. Jurnal Gema Ngabdi, 4(1), 85–89. https://doi.org/10.29303/jgn.v4i1.231