

IMPLEMENTASI SENAM KAKI DIABETES PADA LANSIA DENGAN DIABETES MELITUS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MLATI II

Haniza Raraswati¹, Tri Prabowo²
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemekes Yogyakarta
Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293
Email: hanizararas@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Proses penuaan pada lansia dapat menyebabkan penurunan fungsi pada organ tubuh. Seperti pada organ pankreas yang biasanya bekerja dalam memproduksi insulin. Penurunan fungsi tersebut dapat menimbulkan diabetes melitus (DM). Diabetes melitus merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah. Hal tersebut dapat diatasi dengan latihan fisik seperti senam kaki.

Tujuan: Studi kasus ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui implementasi senam kaki diabetes untuk menurunkan kadar glukosa darah serta tiga domain perilaku pada lansia di wilayah kerja puskesmas mlati II

Metode: Metode penelitian yang digunakan dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini merupakan penelitian deskriptif studi kasus. Subjek studi kasus ini adalah 2 lansia diabetes melitus. Penelitian dilakukan dalam 3 hari berturut-turut.

Hasil Studi Kasus: Setelah dilakukan implementasi selama 3 hari berturut-turut didapatkan adanya penurunan kadar glukosa darah serta tiga domain perilaku yang membaik. Implementasi senam kaki diabetes mempengaruhi penurunan kadar glukosa darah.

Kesimpulan: Implementasi senam kaki diabetes dapat membantu menurunkan kadar glukosa darah serta 3 domain perilaku membaik pada lansia diabetes melitus.

Kata Kunci: diabetes melitus, lansia, senam kaki diabetes

¹Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

²Dosen Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

**IMPLEMENTATION OF DIABETIC FOOT EXERCISES IN ELDERLY
WITH DIABETES MELLITUS IN THE WORKING AREA OF MLATI II
HEALTH CENTER**

Haniza Raraswati¹, Tri Prabowo²

*Department of Nursing, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293
Email: hanizararas@gmail.com*

ABSTRACT

Background: *The aging process in the elderly can cause decreased function in organs. As in the pancreas which usually works in producing insulin. This decrease in function can cause diabetes mellitus (DM). Diabetes mellitus is a disease characterized by high blood sugar levels. This can be overcome by physical exercise such as foot exercises.*

Objective: *This case study was conducted with the aim of knowing the implementation of diabetic foot exercises to reduce blood glucose levels and three behavioral domains in the elderly in the working area of the mlati II health center.*

Methods: *The research method used in the preparation of this scientific paper is descriptive case study research. The subjects of this case study were 2 lansia diabetes mellitus. The research was conducted in 3 consecutive days.*

Results: *After implementation for 3 consecutive days, there was a decrease in blood glucose levels and three improved behavioral domains. The implementation of diabetic foot exercises affects the reduction of blood glucose levels.*

Conclusion: *Implementation of diabetic foot exercises can help reduce blood glucose levels and 3 behavioral domains.*

Keywords: *diabetes mellitus, elderly, diabetic foot exercise*

¹Student of Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

²Lecturer of Poltekkes Kemenkes Yogyakarta