

IMPLEMENTASI SENAM KAKI PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II UNTUK PENURUNAN KADAR GLUKOSA DARAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GAMPING II

Indah Suciningtyas¹, Nurun Laasara²
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293
Email: indahsuciningtyas05@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Diabetes mellitus adalah terganggunya fungsi pankreas dalam memproduksi hormon insulin atau sel tubuh tidak mampu menggunakan insulin yang sudah diproduksi organ pankreas dengan baik. Prevalensi diabetes terus meningkat selama beberapa dekade terakhir dan penanganan diabetes yang tidak efektif dapat menyebabkan komplikasi. Untuk menghindari komplikasi terdapat penanganan secara non farmakologis seperti senam kaki. Senam kaki menjadi salah satu pilihan untuk menurunkan glukosa darah dikarenakan murah, mudah, dan dapat dilakukan dimana saja.

Tujuan: Mengetahui implementasi senam kaki pada pasien diabetes mellitus untuk penurunan kadar glukosa darah di wilayah kerja Puskesmas Gamping II.

Metode: Jenis penelitian ini menggunakan metode laporan kasus dengan membandingkan dua responden yang memiliki masalah diabetes mellitus. Studi kasus ini menggunakan pendekatan proses keperawatan meliputi pengkajian keperawatan, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi senam kaki pada pasien diabetes mellitus dapat menurunkan kadar glukosa darah

Kesimpulan: Implementasi senam kaki pada pasien diabetes mellitus efektif untuk menurunkan kadar glukosa darah

Kata Kunci: diabetes mellitus, senam kaki, kadar glukosa darah sewaktu

**IMPLEMENTATION OF FOOT EXERCISES IN TYPE II DIABETES
MELLITUS PATIENTS TO REDUCE BLOOD GLUCOSE LEVELS
IN GAMPING HEALTH CENTER WORKING AREA II**

Indah Suciningtyas¹, Nurun Laasara²
Departement of Nursing Health Polytechnic Health Ministry of Yogyakarta
Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293
Email: indahsuciningtyas05@gmail.com

ABSTRACT

Background: *Diabetes mellitus is a disruption in the function of the pancreas in producing the hormone insulin or the body's cells are unable to properly use the insulin produced by the pancreas. The prevalence of diabetes has continued to increase over the past few decades and ineffective diabetes management can lead to complications. To avoid complications, there are non-pharmacological treatments such as foot exercises. Foot exercises are an option for lowering blood glucose because they are cheap, easy, and can be done anywhere.*

Objective: *To determine the implementation of foot exercises in diabetes mellitus patients to reduce blood glucose levels in the Gamping II Community Health Center working area.*

Method: *This type of research uses a case report method by comparing two respondents who have diabetes mellitus problems. This case study uses a nursing process approach including nursing assessment, nursing diagnosis, nursing intervention, nursing implementation, and nursing evaluation.*

Results: *The results of the study show that the implementation of foot exercises in diabetes mellitus patients can reduce blood glucose levels.*

Conclusion: *Implementation of foot exercises in diabetes mellitus patients is effective in reducing blood glucose levels.*

Keywords: *diabetes mellitus, foot exercises, random blood glucose levels*