

# **PENGARUH PENERAPAN SENAM KAKI DIABETES MELITUS TERHADAP TINGKAT KADAR GULA PADA LANSIA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE II DI RSUD KOTA SALATIGA**

Nita Tri Wulandari<sup>1</sup>, Erika Dewi Nooratri<sup>2</sup>  
[Wulandarinita0899@gmail.com](mailto:Wulandarinita0899@gmail.com)  
Universitas 'Aisyah Surakarta

## **ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Diabetes Melitus merupakan salah satu penyakit endokrin yang saat ini masih banyak diderita penduduk di dunia. Penyakit tersebut terjadi ketika pankreas tidak menghasilkan cukup insulin (hormon yang mengatur gula darah). Dari keseluruhan kasus Diabetes Melitus 90% merupakan diabetes melitus tipe II dengan karakteristik gangguan sensitivitas insulin dan atau gangguan sekresi insulin. Keluhan pada penderita diabetes melitus disebabkan oleh umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pendapatan jumlah anggota keluarga, riwayat penyakit keluarga. Usia lansia cenderung mengalami masalah kesehatan yang disebabkan oleh penurunan fungsi tubuh akibat proses penuaan. Penanganan secara non farmakologis seperti kontrol metabolisme secara rutin, kontrol vaskuler, evaluasi tukak, perawatan kaki serta tindakan exercise lainnya seperti senam kaki. **Tujuan:** menurunkan kadar gula darah **Metode :** Penelitian deskriptif dengan menggunakan rancangan studi kasus. **Hasil :** Terdapat penurunan kadar gula darah setelah dilakukan senam kaki diabetes melitus. **Kesimpulan :** Adanya perbedaan perkembangan penurunan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus sebelum dan sesudah dilakukan penerapan senam kaki diabetes melitus

**Kata Kunci :** DM, lansia, senam kaki DM