

# **PENERAPAN SENAM KAKI DIABETIK TERHADAP PENURUNAN NEUROPATI PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2**

Elsa Rahma Dani<sup>1</sup>, Irma Mustika Sari<sup>2</sup>

[elsarahma919@gmail.com](mailto:elsarahma919@gmail.com)

Program Studi Diploma III Keperawatan

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

## **ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Diabetes melitus (DM) tipe 2 adalah penyakit kronis dengan prevalensi tinggi, menurut *International Diabetes Federation* (IDF), terdapat 537 juta orang dewasa hidup dengan diabetes. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) melaporkan 624.082 kasus di Jawa Tengah dan 18.833 kasus di Kota Surakarta. Salah satu komplikasi adalah neuropati diabetik, yang dapat menyebabkan ulkus kaki hingga amputasi. Senam kaki diabetik merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis untuk mencegah dan mengurangi gejala neuropati. **Tujuan:** Mendiskripsikan hasil penerapan senam kaki diabetik terhadap neuropati pada penderita DM tipe 2. **Metode:** Penelitian menggunakan desain studi kasus deskriptif pada dua responden penderita DM tipe 2 non-ulkus di wilayah kerja Puskesmas Gambirsari. Pengukuran gejala neuropati dilakukan menggunakan kuesioner *Diabetic Neuropathy Symptom* (DNS) sebelum dan sesudah terapi senam kaki diabetik selama satu minggu dengan tiga kali pertemuan. **Hasil:** Adanya penurunan skor DNS setelah penerapan senam kaki diabetik pada Ny. S dan Ny. A dengan penurunan skor menunjukkan perbaikan gejala neuropati. **Kesimpulan:** penerapan senam kaki diabetik efektif menurunkan skor DNS pada penderita DM tipe 2, sehingga dapat direkomendasikan sebagai bagian dari penatalaksanaan nonfarmakologi untuk mencegah komplikasi lanjut.

**Kata Kunci:** DM tipe 2, neuropati diabetik, senam kaki diabetik