

PENERAPAN JALAN KAKI TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH DIABETES MELITUS TIPE 2

Nadya Rika Aulia¹ , Ika Silvitasari²

nadyarikaaulia@gmail.com

Program Studi Diploma III Keperawatan

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Diabetes mellitus penyakit kronis yang banyak dialami penduduk di dunia. Diabetes melitus dapat menimbulkan berbagai komplikasi, jalan kaki meningkatkan aktivitas metabolisme dalam tubuh sehingga kadar gula darah dalam tubuh dapat dipecahkan, sehingga menurunkan kadar gula darah Menurut *World Health Organization*, (2023) sekitar 422 juta orang menderita diabetes. **Tujuan:** Mendiskripsikan hasil penerapan jalan kaki pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah puskesmas Gondangrejo. **Metode :** Jenis penelitian ini menggunakan studi kasus dengan menerapkan jalan kaki terhadap penurunan kadar gula darah diabetes melitus tipe 2. **Hasil :** Kadar gula darah sewaktu Ny. S 235 mg/dL dan Ny.N 323 mg/dL sebelum diberikan jalan kaki. Kadar gula darah sewaktu Ny. S 146 mg/dL, prediabetes (140-199 mg/dL) dan Ny. N 238 mg/dL, diabetes (≥ 200 mg/dL) sesudah diberikan jalan kaki. Terdapat penurunan Ny. S 89 mg/dL dan Ny. N 8 mg/dL. **Kesimpulan:** Terdapat perbandingan hasil akhir kadar gula darah sewaktu Ny. S dan Ny. N.

Kata kunci : Diabetes Melitus Tipe 2, Kadar Gula Darah, Jalan kaki