

**PENERAPAN SENAM DIABETIK TERHADAP PENURUNAN RESIKO  
ULKUS KAKI DIABETIK PADA PASIEN DM TIPE 2 DI WILAYAH  
PUSKESMAS NGORESAN KOTA SURAKARTA**

Noviantika Puspita Putri, Wahyuni, Anjar, Nurrohmah  
[Noviantika03@gmail.com](mailto:Noviantika03@gmail.com)  
STIKES' Aisyiyah Surakarta

**ABSTRAK**

**Latar Belakang;** penelitian ini berisi tentang adalah Teknik untuk memperlancar peredaran darah dan untuk mencegah terjadinya ulkus kaki diabetik. komplikasi yang sering dialami oleh penderita Diabetes Melitus adalah komplikasi pada kaki yang kini disebut kaki Diabetes. Dalam hal ini penulis menerapkan Teknik terapi nonfarmakologi yaitu senam diabetik untuk mencegah terjadinya ulkus kaki diabetik. **Tujuan;** Peneliti ini bertujuan untuk mengetahui penurunan resiko ulkus kaki diabetik dengan penerapan senam diabetik pada pasien DM tipe 2 di Dukuh Kandang Sapi, Jebres, Surakarta. Penelitian ini dilakukan menggunakan metode penelitian deskriptif dengan instrument penelitian menggunakan alat tes gula darah (*glucometer*), stetoskop, alat ukur tekanan darah (*Sphygmomanometer*), video senam diabetik dan lembar Observasi. **Hasil;** penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan penerapan senam diabetik selama 3x dalam 1 minggu terjadi penurunan resiko ulkus kaki diabetik pada kedua responden. **Kesimpulan;** penerapan terapi senam diabetik dapat menurunkan resiko ulkus kaki diabetik pada penderita Diabetes Melitus tipe 2.

**Kata Kunci :** *Senam Diabetik, Resiko Ulkus Kaki Diabetik*