

PENGARUH SENAM KAKI DIABETES TERHADAP PERUBAHAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PASIR MULYA KOTABOGOR

Nining Fitrianingsih

Program Studi Profesi Ners
STIKes Wijaya Husada Bogor

Abstrak: Diabetes Melitus tipe 2 terjadi akibat penurunan sensitivitas terhadap insulin (resistensi insulin) atau akibat penurunan jumlah produksi insulin. Apabila hal ini dibiarkan terus menerus tanpa terapi dapat menyebabkan terjadinya komplikasi, untuk mencegah hal tersebut, salah satu pilar penatalaksanaan diabetes adalah latihan jasmani atau olahraga yaitu senam kaki diabetes. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh senam kaki diabetes terhadap perubahan kadar gula darah pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Pasir Mulya. Desain penelitian yang digunakan adalah pra eksperimental dengan *one group pretest post test design*. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan *total sampling* dengan jumlah sampel 56 orang. Hasil penelitian menggunakan uji *t-test paired samples test* didapatkan nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$. Kesimpulan hasil penelitian menunjukan adanya pengaruh senam kaki diabetes terhadap perubahan kadar gula pasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Pasir Mulya.

Kata Kunci : Kadar gula darah, senam kaki diabetes

Abstract: *Diabetes Melitus type 2 caused by the sensitivity to insulin decreased (insulin resistance) or by the decreasing production of insulin. If these cases happen continuously without any medical treatment, it can be complication. To prevent it, one of the solutions for Diabetes Melitus type 2 patient is doing exercise like foot gymnastics. The purpose of this research is to know the effect of Diabetes Foot Gymnastic to the changes of blood glucose level for Diabetes Melittus type2 patient's in PasirMulya's Public Health Centre. The design of this research was experimental with One Group Pre Test Post Test Design. The sampling Tecnique was performed with total sampling with a sample of 56 people. The results using Paired Samples T Test obtained Pvalue = 0,000 < α = 0,05. The conclusion based on the results of this research showed that there influence of Diabetes Foot Gymnastic to the changes of blood sglucose level of Diabtes Mellitus Type 2 Patient's in Pasir Mulya's Public Health Centre.*

Keywords : *Blood glucose level, diabetes foot gymnastic*