



LEMBAR PENGESAHAN
Nomor: 178/LP-LPBK/VII/2025

Judul : Efektifitas Terapi Senam Kaki Diabetik Dalam Menurunkan
Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2
Di RSI Pekajangan
Nama : Rina Sela

Menerangkan bahwa abstrak ini telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Inggris oleh
Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK), Universitas Muhammadiyah
Pekajangan Pekalongan.

Pekalongan, 01 Juli 2025

Disahkan oleh,
Kepala Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK)

Aida Rusmariana, S.Kep., Ns., MAN

**Diploma Tiga Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRAK

Rina Sela¹, Dian Kartikasari²

Efektifitas Terapi Senam Kaki Diabetik Dalam Menurunkan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di RSI Pekajangan

Diabetes Melitus Tipe 2 merupakan gangguan metabolisme kronis yang ditandai dengan hiperglikemia akibat resistensi insulin atau penurunan sekresi insulin. Penatalaksanaan diabetes tidak hanya terbatas pada farmakoterapi, tetapi juga mencakup intervensi non-farmakologis seperti senam kaki diabetik yang dapat meningkatkan sirkulasi darah dan membantu menurunkan kadar glukosa darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi senam kaki diabetik dalam menurunkan kadar glukosa darah pada pasien dengan Diabetes Melitus (DM) tipe 2. Senam kaki merupakan salah satu intervensi non-farmakologis yang bertujuan meningkatkan sirkulasi darah perifer, mencegah komplikasi seperti ulkus diabetikum, dan membantu menurunkan kadar gula darah. Metode yang digunakan adalah desain studi kasus deskriptif terhadap dua responden yang memenuhi kriteria inklusi. Intervensi senam kaki diabetik dilakukan 3 (tiga) kali seminggu selama 15–30 menit, setelah efek obat antidiabetes diperkirakan menurun. Data kadar glukosa darah diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan glukometer. Terdapat penurunan kadar glukosa darah yang signifikan pada kedua responden setelah dilakukan terapi senam kaki diabetik secara rutin. Terapi senam kaki diabetik terbukti efektif menurunkan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2. Intervensi ini dapat dijadikan sebagai alternatif terapi non-farmakologis dalam penatalaksanaan diabetes.

Kata Kunci: *Diabetes Melitus Tipe 2, senam kaki diabetik, kadar glukosa darah, intervensi non-farmakologis*

**Vocational Program in Nursing
Faculty of Health Sciences
University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRACT

Rina Sela¹, Dian Kartikasari²

Effectiveness of Diabetic Foot Exercise Therapy in Lowering Blood Glucose Levels in Type 2 Diabetes Mellitus Patients at RSI Pekajangan

Type 2 Diabetes Mellitus (T2DM) is a chronic metabolic disorder characterized by hyperglycemia resulting from insulin resistance or impaired insulin secretion. Effective diabetes management involves not only pharmacological treatment but also non-pharmacological interventions, such as diabetic foot exercises, which help improve blood circulation and assist in lowering blood glucose levels. This study aims to evaluate the effectiveness of diabetic foot exercise therapy in reducing blood glucose levels among patients with T2DM. Foot exercises are a non-pharmacological strategy designed to enhance peripheral blood flow, prevent complications like diabetic foot ulcers, and support blood sugar regulation. A descriptive case study design was employed involving two respondents who met the inclusion criteria. The intervention encompassed diabetic foot exercises conducted three times a week for 15–30 minutes, scheduled after the estimated peak effect of antidiabetic medication had subsided. Blood glucose levels were measured before and after each session using a glucometer. The result of this study indicated a notable decrease in blood glucose levels in both participants following the regular implementation of diabetic foot exercise therapy. These findings suggest that diabetic foot exercise is an effective non-pharmacological intervention for lowering blood glucose levels in individuals with Type 2 Diabetes Mellitus, and can be recommended as part of comprehensive diabetes management.

Keywords: *Type 2 Diabetes Mellitus, diabetic foot exercise, blood glucose levels, non-pharmacological intervention*