

ABSTRAK

**Penerapan Senam Kaki Diabetik Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada
Komunitas Penderita Diabetes Melitus Di Desa Kedungpatangewu Kabupaten Pekalongan**

Ma'ruf Islamudin¹, Herni Rejeki², Farida Suryani³

^{1,2} Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

³ Puskesmas Keduwuni II

Latar Belakang : Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit kronis yang ditandai oleh gangguan metabolisme akibat ketidakmampuan pankreas dalam memproduksi insulin secara adekuat atau tubuh tidak mampu merespons insulin secara efektif. Kondisi ini menyebabkan hiperglikemia yang berkelanjutan dan berisiko menimbulkan komplikasi serius pada berbagai organ tubuh. Menurut data International Diabetes Federation (IDF), Indonesia menempati peringkat ke-6 negara dengan jumlah penderita DM terbanyak di dunia. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 mencatat prevalensi DM pada penduduk usia ≥ 15 tahun mencapai 11,7%, meningkat dari 10,9% pada tahun 2018. **Tujuan :** Bertujuan untuk mengetahui apakah pemberian senam kaki diabetik dapat menurunkan kadar gula darah pada penderita kelompok khusus diabetes. **Metode :** Desain yang digunakan adalah studi kasus dengan penerapan intervensi keperawatan berdasarkan evidence based nursing. Pengumpulan data menggunakan metode observasi. **Hasil :** Penerapan dilakukan 3 hari didapatkan hasil seluruh responden mengalami penurunan kadar gula darah dengan rentang 181- 376 gr/dl menjadi 146 – 180 gr/dl. **Simpulan :** Latihan senam kaki diabetik berpengaruh terhadap penurunan kadar gula darah. hal tersebut merupakan salah satu upaya untuk mencegah atau mengendalikan diabetes melitus.

Kata Kunci : Diabetes Melitus, Kadar Gula Darah, Senam Kaki Diabetik