

**UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**
Skripsi, Maret 2014

ELI KURNIAWATI
2010-33-004

“PENGARUH SENAM KAKI DIABETES TERHADAP PERUBAHAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI PUSKESMAS KECAMATAN KEBON JERUK JAKATA BARAT”

xv + 7 Bab + 79 Halaman + 12 Tabel + 3 Skema + 9 Lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang : Pada era globalisasi saat ini penyakit tidak menular mengalami peningkatan, salah satunya yaitu diabetes mellitus. Prevalensi diabetes mellitus di Indonesia pada tahun 2009 sebesar 1,5% dan meningkat menjadi 5,7%. Jumlah ini diperkirakan meningkat menjadi 12,0 juta pada tahun 2030. Salah satu cara untuk mengendalikan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus adalah dengan melakukan senam kaki diabetes.

Tujuan Penelitian : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh senam kaki diabetes terhadap perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus.

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan desain *quasy eksperiment* dengan metode *one group pretest-postest*. Sampel yang digunakan adalah pasien diabetes mellitus yang aktif mengikuti program senam diabetes sebanyak 36 orang dengan teknik *total sampling*. Metode pengumpulan data dengan melakukan intervensi senam kaki diabetes sebanyak satu kali pada bulan Februari 2014. Data dianalisa secara statistik dengan menggunakan rumus *Paired-t test* pada taraf kesalahan (α) = 0,05.

Hasil Penelitian : Hasil penelitian ini menunjukkan karakteristik pasien diabetes mellitus berusia antara 45-60 tahun (80,6%), berjenis kelamin perempuan (69,4%), berpendidikan terakhir SD dan SMP (66,6%) dan sudah tidak bekerja (77,8%). Rata-rata hasil kadar gula darah sebelum senam kaki diabetes 244,17 mg%. Rata-rata hasil kadar gula darah setelah senam kaki diabetes 217,42 mg%. Uji statistik menunjukkan ada penurunan kadar gula darah yang signifikan ($p < 0,05$).

Kesimpulan : Tenaga kesehatan di Puskesmas harus berupaya mengaplikasikan senam kaki diabetes secara teratur pada pasien yang menderita diabetes untuk menurunkan kadar gula darah.

Kata Kunci : Diabetes Mellitus, Kadar Gula Darah, Senam Kaki Diabetes
Daftar Pustaka : 40 (2005-2013)

**ESA UNGGUL UNIVERSITY
FACULTY OF HELATH SCIENCE
NURSING SCIENCE PROGRAM**

ELI KURNIAWATI
2010.33.004

“EFFECT OF DIABETIC FOOT EXERCISE TO CHANGES BLOOD SUGAR LEVELS IN DIABETES MELLITUS PATIENTS IN PUSKESMAS KECAMATAN KEBON JERUK JAKARTA BARAT”

xv + 7 Chapter + 79 page + 12 table + 3 scheme + 9 attachment

ABSTRACT

Background : In the current era of globalization has increased non-communicable diseases, one of which is diabetes mellitus. The prevalence of diabetes mellitus in Indonesia in 2009 and increased by 1.5% to 5.7%. This number is expected to increase to 12.0 million by 2030. One way to control blood sugar levels in diabetic mellitus is to do diabetic foot exercise.

Objectives : This study was to determine the effect to exercise diabetic foot to changes in blood sugar levels in patients with diabetes mellitus.

Methods : This study used a design *quasy eksperiment* with methods *one group pretest-posttest*. The samples used were active patients with diabetes mellitus diabetes exercise program as many as 36 people with a *total sampling* technique. Methods of data collection exercise intervention diabetic foot one time in February 2014. The data were statistically analyzed using the *paired t-test* formula to the standard error (α) = 0.05.

Results : The results of this study demonstrate the characteristics of patients with diabetes mellitus aged between 45-60 years (80.6%), female (69.4%), the last elementary and secondary education (66.6%) and it does not work (77.8%). Average results of blood sugar levels before exercise diabetic foot 244.17 mg%. Average results of blood sugar levels after exercise diabetic foot 217.42 mg%. The statistical test showed there is decrease in blood sugar levels significantly ($p < 0.05$).

Conclusion : Health workers in health centers should seek to apply exercise regularly diabetic foot in patients with diabetes to lower blood sugar levels.

Keywords : Diabetes Mellitus, Blood Sugar Level, Diabetic Foot Exercise
Bibliography: 40(2005-2013)