

**PERUBAHAN KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA  
DIABETES MELLITUS TIPE 2 SETELAH MELAKUKAN  
SENAM KAKI DI RUANG INTERNA RSD KALISAT**

**SKRIPSI**



Oleh:  
**Reni Pujianti Tungga Dewi**  
NIM : 22102326

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
2024**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Perubahan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Setelah Melakukan Senam Kaki Di Ruang Interna RSD Kalisat” telah di uji dan disahkan oleh Program Studi Ilmu Keperawatan pada :

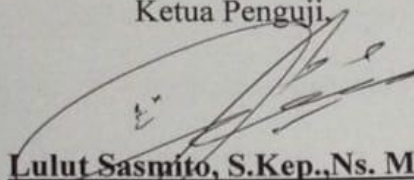
Hari : Kamis

Tanggal : 26-6-2024

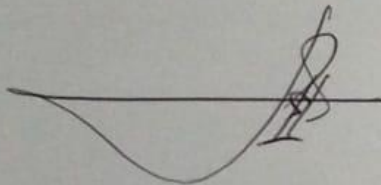
Tempat : Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji

Ketua Penguji.

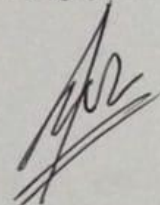
  
**Lulut Sasmito, S.Kep.,Ns. M.Kes**  
NIP. 196905091989031001

Penguji II



**Sutrisno, S.Kep., Ns., M.Kes**  
NIDN. 4006066601


Penguji III



**Akhmad Efrizal Amrullah, S.Kep., Ns., M.Si**  
NIDN. 0719128102

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,  
Universitas dr. Soebandi Jember

  
**Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb**  
NIK. 19891219 201309 2 038

# PERUBAHAN KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2 SETELAH MELAKUKAN SENAM KAKI DI RUANG INTERNA RSD KALISAT

Reni Pujianti Tunga Dewi<sup>1</sup>, Sutrisno<sup>2</sup>, Akhmad Efrizal Amrullah<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi Jember, email: info@uds.ac.id

\*Korespondensi Penulis : [reni67439@gmail.com](mailto:reni67439@gmail.com)

## Abstrak

**Latar belakang:** Kencing manis adalah kondisi dimana kandungan gula dalam darah melebihi normal dan cenderung tinggi. Ada beberapa cara untuk mengatasi kencing manis yaitu terapi obat dan tidak menggunakan obat, salah satu terapi tanpa obat yaitu senam kaki penderita diabetes. **Tujuan:** penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perubahan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 setelah melakukan senam kaki di ruang interna RSD Kalisat tahun 2023. **Metode:** Penelitian ini menggunakan *quasi eksperiment* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*, populasi seluruh penderita DM type 2 di ruang interna RSD Kalisat berjumlah 30 orang, sampel berjumlah 30 orang sampling menggunakan simple total sampling. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dan cek GDA Lab. Analisis penelitian ini menggunakan uji *paired t-test*. **Hasil:** Berdasarkan 30 responden didapatkan hasil nilai rata-rata kadar gula darah sebelum senam kaki 241.93 dan sesudah senam kaki 219.10. sehingga terdapat selisih menurun 22.83. **Kesimpulan:** Terdapat penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2 setelah melakukan senam kaki di ruang interna RSD Kalisat. **Diskusi:** Senam kak sangatlah diperlukan pada penderita diabetes mellitus tipe 2, hal ini akan berdampak dalam perubahan kadar gula darah.

**Kata kunci:** Senam kaki, Kadar gula darah, Diabetes mellitus tipe 2

## Abstract

**Background:** Diabetes is a condition where the blood sugar content exceeds normal and tends to be high. There are several ways to treat diabetes, namely drug therapy and not using drugs, one of the non-drug therapies is foot exercises for diabetics. **Objective:** This study aims to determine changes in blood sugar levels in people with type 2 diabetes mellitus after doing leg exercises in the internal room of RSD Kalisat in 2023. **Method:** This research uses a quasi-experiment with a one group pretest-posttest approach, the population is all people with type 2 DM. In the internal room of RSD Kalisat there were 30 people, the sample was 30 people sampling using simple total sampling. Research instruments use observation sheets and GDA Lab checks. This research analysis uses the paired t-test. **Results:** Based on 30 respondents, the average value of blood sugar levels before leg exercises was 241.93 and after leg exercises was 219.10, so there was a decreasing difference of 22.83. **Conclusion:** There was a decrease in blood sugar levels in type 2 diabetes mellitus sufferers after doing foot exercises in the internal room of RSD Kalisat. **Discussion:** Sis exercise is very necessary for people with type 2 diabetes mellitus, this will have an impact on changes in blood sugar levels.

**Key words:** Foot exercises, Blood sugar levels, Diabetes mellitus type 2