

Universitas Ngudi Waluyo  
Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Fakultas Kesehatan  
Karya Tulis Ilmiah, Mei 2024  
Novita Rini Puspita Sari  
081211017

**Pengelolaan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Dengan Senam Kaki  
Diabetik Pada Penderita Diabetes Melitus Di Puskesmas Sumowono**

xviii + 52 halaman + 7 gambar + 11 lampiran

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Diabetes melitus (DM) adalah gangguan keseimbangan kadar glukosa dalam darah dengan berbagai komplikasi salah satunya kerusakan jaringan vaskuler kaki yang berujung amputasi kaki. Kerusakan jaringan vaskuler kaki dapat diminimalisir melalui senam kaki diabetik. **Tujuan:** penulisan ini bertujuan untuk menggambarkan pengelolaan ketidakstabilan kadar glukosa darah dengan senam kaki diabetik pada penderita diabetes melitus di puskesmas Sumowono. **Metode:** Penelitian ini adalah penelitian deskriptif *crosssectional* berupa studi kasus dengan pendekatan proses asuhan keperawatan yang mendeskripsikan pengelolaan pemberian senam kaki diabetik pada lansia yang menderita diabetes melitus. Pendekatan asuhan keperawatan meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan. Pengumpulan data melalui wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik menggunakan kuesioner yang telah ditetapkan. Pengelolaan dilakukan selama tiga minggu dengan responden Ny.J berusia 58 tahun. **Hasil:** pengkajian ditemukan pasien masih mengeluh cepat lelah dengan skor skala pengukuran kelelahan 32 dan nilai gula darah sewaktu 124 mg/dl. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan yaitu ketidakstabilan kadar glukosa darah berhubungan dengan gangguan toleransi glukosa darah. Intervensi yang dilakukan yaitu senam kaki diabetik selama 3 minggu. **Kesimpulan:** Evaluasi yang didapatkan yaitu pasien mengatakan sudah tidak merasa lelah dengan skor skala pengukuran kelelahan 16 dan gula darah sewaktu 149 mg/dl dan analisa evaluasi yaitu masalah teratasi sebagian. **Saran:** kepada penderita DM untuk mengontrol kadar glukosa darah dan peningkatan media promosi senam kaki diabetik.

**Kata kunci:** Ketidakstabilan kadar glukosa darah, Senam Kaki Diabetik, Diabetes Melitus

**Ngudi Waluyo University**  
**Diploma Three Nursing Study Program, Faculty of Health**  
**Scientific Writing, Mei 2024**  
**Novita Rini Puspita Sari**  
**081211017**

**Management of Blood Glucose Instability with Diabetic Foot Exercise in Patient with Diabetes Mellitus at Sumowono Health Center**

xviii + 52 page + 7 picture + 11 attachment

**ABSTRACT**

**Background:** diabetes mellitus (DM) is a disorder of imbalance blood glucose levels with various complication one of them is vascular disorder which ends with leg amputation. Vascular tissue damage can be minimized through the diabetic foot exercise. **Goal:** the writing to describe the management of the glucose level imbalance with leg exercise on diabetes mellitus in the Sumowono community health center. **Method:** this study is a crossectional descriptive study of the case with an approach of nursing process that describes the management of foot exercise in the elderly with diabetes mellitus. Nursing care approaches include assesment, nursing diagnosis, intervention, implementation, and evaluation. Data collection through interviews, observation and physical examination using a predetermined questionnaire. Management took place for three weeks with Ms. J was 58 years old. **Results:** studies found in patients still complain of getting tired of the 32-gauge score of fatigue and the glucose ad random 124 mg/dl score. The established nursing diagnosis of glucose blood level instability associated with blood glucose tolerance disorders. The intervention doing diabetic foot exercise as long as 3 weeks. **Conclusion:** data collected in evaluation pantient's said were are not tired with fatigue score measurement were 16 and blood glucose 149 mg/dl and evaluation analysis are problem solved in part. **Suggestion:** to DM sufferers for control glucose levels and increase the media promotion of his diabetic foot exercise.

**Keywords:** Glucose blood level instability, Diabetic Foot Exercise, Diabetes Mellitus