

## ABSTRAK

Sarah (2025). *Penerapan Terapi Senam Kaki Diabetes Menggunakan Koran untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah pada Pasien dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Umban Sari*. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) Ns. Yoza Misra Fatmi, M.Kep., Sp.Kep.M.B. (II) Dr. Ibnu Rusdi, S.Kep, M.Kep.

Diabetes Melitus tipe 2 adalah masalah kesehatan global yang ditandai dengan resistensi insulin, dimana insulin dalam tubuh tidak dapat digunakan secara efektif. **Tujuan** studi kasus ini adalah menggambarkan penerapan terapi senam kaki diabetes menggunakan koran untuk menurunkan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Melitus tipe 2. **Metode** yang digunakan adalah studi kasus dengan dua orang subyek yang menderita Diabetes Melitus tipe 2. Pelaksanaan terapi senam kaki diabetes dilakukan dengan mengukur nilai pemeriksaan kadar glukosa darah sebelum dan sesudah diberikan terapi senam kaki diabetes yang dilaksanakan dalam waktu 20 menit selama 3 hari berturut-turut. **Hasil** penelitian menunjukkan bahwa ada penurunan kadar glukosa darah pada ke-2 subyek, di mana pada subyek pertama rata-rata kadar glukosa darah dari 236 mg/dl menjadi 206 mg/dl dan subyek ke dua rata-rata kadar glukosa darah dari 345 mg/dl menjadi 313 mg/dl. Ada perubahan penurunan nilai pemeriksaan kadar glukosa darah pada pemberian terapi senam kaki diabetes menggunakan koran pada pasien Diabetes Melitus tipe 2. Oleh karena itu, diharapkan terapi senam kaki diabetes dapat di terapkan sebagai sarana dalam terapi non farmakologi pada pasien penderita Diabetes Melitus tipe 2.

Kata Kunci : Glukosa Darah, Senam Kaki Diabetes, DM tipe 2

## ABSTRACT

Sarah (2025). *Application of Diabetic Foot Exercise Therapy Using Newspaper to Reduce Blood Glucose Levels in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus in the Working Area of the Umban Sari Health Center*. Scientific Paper Case Study, DIII Nursing Study Program, Department of Nursing, Health Polytechnic of the Ministry of Health, Riau. Supervisor (I) Ns. Yoza Misra Fatmi, M.Kep., Sp.Kep.M.B. (II) Dr. Ibnu Rusdi, S.Kep, M.Kep.

Type 2 diabetes mellitus is a global health problem characterized by insulin resistance, where insulin in the body cannot be used effectively. **The purpose** of this case study is to describe the application of diabetic foot gymnastics therapy using newspaper to lower blood glucose levels in patients with type 2 Diabetes Mellitus. **The method** used was a case study with two subjects suffering from type 2 Diabetes Mellitus. The implementation of diabetic foot gymnastics therapy was carried out by measuring the value of blood glucose level checks before and after being given diabetic foot gymnastics therapy which was carried out within 20 minutes for 3 consecutive days. **The results** showed that there was a decrease in blood glucose levels in the 2 subjects, where in the first subject the average blood glucose level was from 236 mg/dl to 206 mg/dl and in the second subject the average blood glucose level was from 345 mg/dl to 313 mg/dl. There was a change in the value of blood glucose level testing in the administration of diabetic foot gymnastics therapy using newspapers in patients with type 2 Diabetes Mellitus. Therefore, it is hoped that diabetic foot gymnastics therapy can be applied as a means in non-pharmacological therapy in patients with type 2 Diabetes Mellitus.

Keywords: Blood Glucose, Diabetic Foot Exercise, Type 2 DM