

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

Skripsi, Januari 2021

Dina Sobarina

**Pengaruh Senam Kaki Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Dengan
Diabetes Mellitus Berdasarkan *Literature Review***

ABSTRAK

xv + 51 halaman + 1 tabel + 1 bagan + 7 gambar + 5 Lampiran

Kejadian kematian pada penderita Diabetes Mellitus (DM) di dunia terus meningkat setiap tahunnya. Data *World Health Organization* (WHO, 2020) menunjukkan dalam 3 dekade terakhir, prevalensi DM tipe 2 meningkat secara dramatis di negara-negara dengan semua tingkat pendapatan. Bahkan kematian yang disebabkan oleh penyakit DM ini mencapai 1,6 juta kematian setiap tahunnya. Sehingga penderita DM harus memiliki pengetahuan tentang pencegahan terjadinya peningkatan kadar gula darah pada penyakit tersebut. Salah satu pencegahan peningkatan kadar gula darah yaitu dengan melakukan latihan jasmani (senam kaki). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh senam kaki terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien dengan diabetes mellitus. Desain penelitian ini adalah *Literature Riview*. Sampel yang digunakan adalah 12 artikel yang terbit dari tahun 2015 sampai 2020, yang didapatkan dari *data base google scholar* dan portal garuda. Analisa yang digunakan adalah tabel PICOT. Hasil penelitian *Literature Riview* ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh senam kaki terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien dengan diabetes mellitus. Beberapa peneliti menyebutkan bahwa selain latihan jasmani (senam kaki) faktor penurunan gula darah ini juga dipengaruhi oleh manajemen diet DM, minum obat-obatan DM serta pendidikan kesehatan tentang DM. Bagi institusi pelayanan diharapkan agar memberikan edukasi tentang 4 pilar utama penderita DM.

Kata Kunci : DM, Penurunan kadar gula darah, Senam kaki.

Daftar Pustaka : 36 (Tahun 2010-2020)

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY TASIKMALAYA
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
STUDY PROGRAM OF S1 NURSING

Thesis, January 2021

Dina Sobarina

**The Effect of Foot Exercise on Decreasing Blood Glucose Levels Patients with
Diabetes Mellitus Based on a Literature Review**

ABSTRACT

xv + 51 pages + 1 table + 1 chart + 7 pictures + 5 attachments

The incidence of death in people with Diabetes Mellitus (DM) in the world continues to increase every year. Data from the World Health Organization (WHO, 2020) shows that in the last 3 decades, the prevalence of type 2 diabetes has increased dramatically in countries with all income levels. Even deaths caused by DM disease reach 1.6 million deaths each year. So that DM sufferers must have knowledge about preventing an increase in blood glucose levels in the disease. One of the preventions in increasing blood glucose levels is by doing physical exercise (leg exercises). The aims of this study is to determine the effect of foot exercise on reducing blood glucose levels patients with diabetes mellitus. The design used in this research is Literature Review. The sample used is 12 articles published from 2015 to 2020, which were obtained from the Google Scholar data base and the Garuda portal. The PICOT table used as a tool to analyze this study. The results of this Literature Review study indicated that there is an effect of foot exercise on reducing blood glucose levels patients with diabetes mellitus. In addition, some researchers says not only physical exercise (leg exercises) becomes blood glucose reduction factor but also influenced by DM diet management, taking DM drugs and health education about DM. Service institutions also are expected to provide education about the 4 main pillars of DM sufferers.

Keywords : Diabetes mellitus, decreased blood glucose levels, leg exercise.

Bibliography : 36 (Years 2010-2020)