

**EFEKTIVITAS SENAM KAKI DIABETES DENGAN KADAR
GULA DARAH PADA GERIATRI DI PUSKESMAS**

LUBUK BUAYA

SKRIPSI



Diajukan Sebagai Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran pada Fakultas
Kedokteran Universitas Baiturrahmah

Ridwan Husni Fadillah

1810070100065

**FAKULTAS KEDOTERAN
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH**

PADANG

2024

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul: Efektifitas Senam Kaki Diabetes Dengan Kadar Gula Darah Pada Geriatri Di Puskesmas Lubuk Buaya

Disusun Oleh

**Ridwan Husni Fadillah
1810070100065**

Telah Disetujui

Padang, (Agustus 2024)

Pembimbing 1



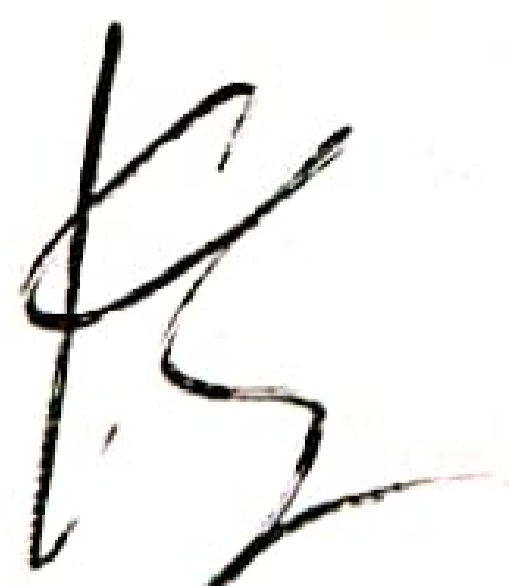
dr. Nadia Purnama Dewi, M.Biomed, PhD

Pembimbing 2



apt. Dessy Abdullah, S.Si, M.Biomed, PhD

Penguji 1



dr. Khomeini, Sp.B

Penguji 2



dr. Ade Teti Vani, M.Biomed

ABSTRAK

Efektifitas Senam Kaki Diabetes Dengan Kadar Gula Darah Pada Geriatri Di Puskesmas Lubuk Buaya

Ridwan Husni Fadillah

Latar belakang : Secara garis besar kejadian diabetes melitus dipengaruhi oleh kurangnya berolahraga atau beraktivitas, Aktivitas fisik yang dapat dilakukan salah satunya adalah senam kaki diabetes. Senam kaki dapat membantu meningkatkan sirkulasi darah, memperkuat otot, dan mencegah terjadinya kelainan bentuk kaki yang dapat mempengaruhi penurunan kadar glukosa darah. Selain itu, dapat mengatasi pembatasan gerakan sendi dan meningkatkan kekuatan otot paha dan betis. **Tujuan :** Untuk mengetahui efektifitas senam kaki diabetes dengan kadar gula darah pada geriatri di Puskesmas Lubuk Buaya. **Metode :** Ruang lingkup penelitian ini mencakup bidang ilmu penyakit dalam dan geriatri. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Lubuk Buaya pada bulan April-Juli 2024. Jenis penelitian ini adalah *Pre Eksperiment* dengan desain *One-Group Pre Test-Post Test*. Populasi terjangkau pada penelitian adalah penderita DM Igeriatri di Puskesmas Lubuk Buaya sebanyak 170 orang dengan 20 sampel dengan teknik *purposive sampling*. Analisa data dengan uji Wilcoxon menggunakan komputersasi program SPSS versi IBM 25.0. **Hasil :** Rata-rata kadar gula DM sebelum melakukan senam kaki diabetes adalah 241,10 dengan nilai standart deviasi 64,40. Kadar gula darah minimum adalah 154 dan maksimum adalah 430 pada geriatri, rata-rata kadar gula DM sebelum melakukan senam kaki diabetes adalah 227,16 dengan nilai standart deviasi 64,27. Kadar gula darah minimum adalah 140 dan maksimum adalah 440 dan terdapat efektifitas senam kaki diabetes dengan kadar gula darah pada geriatri di Puskesmas Lubuk Buaya. ($p=0,000$). **Kesimpulan :** terdapat efektifitas senam kaki diabetes dengan kadar gula darah pada geriatri di Puskesmas Lubuk Buaya.

Kata Kunci : *Senam Kaki Dibeats, kadar Gula Darahm Geriatri*

ABSTRACT

EFFECTIVENESS OF DIABETES FOOT EXERCISES ON BLOOD SUGAR LEVELS IN GERIATRIC AT LUBUK BUAYA HEALTH CENTER

Ridwan Husni Fadillah

Background: Broadly speaking, the incidence of diabetes mellitus is influenced by lack of exercise or activity, one of the physical activities that can be done is diabetic foot gymnastics. Foot exercises can help improve blood circulation, strengthen muscles, and prevent foot deformities that can affect a decrease in blood glucose levels. In addition, it can overcome joint movement restrictions and increase the strength of the thigh and calf muscles. **Objective:** To determine the effectiveness of diabetic foot exercises with blood sugar levels in geriatrics at the Lubuk Buaya Health Center. **Methods:** The scope of this research includes the fields of internal medicine and geriatrics. This research was carried out at the Lubuk Buaya Health Center in April-July 2024. This type of research is Pre Experimental with One-Group Pre Test-Post Test design. The affordable population in the study was 170 people with Alzheimer's disease at the Lubuk Buaya Health Center with 20 samples using the purposive sampling technique. Data analysis with the Wilcoxon test uses computerized SPSS program version IBM 25.0. **Results:** The average sugar level of DM before doing diabetic foot exercises was 241.10 with a standard deviation value of 64.40. The minimum blood sugar level was 154 and the maximum was 430 in geriatrics, the average DM sugar level before doing diabetic foot exercises was 227.16 with a standard deviation value of 64.27. The minimum blood sugar level is 140 and the maximum is 440 and there is an effectiveness of diabetic foot exercises with blood sugar levels in geriatrics at the Lubuk Buaya Health Center. ($p=0.000$). **Conclusion:** there is an effectiveness of diabetic foot exercises with blood sugar levels in geriatrics at the Lubuk Buaya Health Center.

Keywords: *Dibetets Foot Gymnastics, Geriatric Blood Sugar Levels*