

**UNIVERSITAS AISYIYAH PALEMBANG FAKULTAS KESEHATAN DAN
TEKNOLOGI PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN**

Karya Tulis Ilmiah, 15 Mei 2025 Dinda Trisnawati

**PENERAPAN TERAPI SENAM DIABETES TERHADAP
KETIDAKSTABILAN GLUKOSA DARAH LANSIA DENGAN DIABETES
MELLITUS DI PLSU HARAPAN KITA II PALEMBANG TAHUN 2025.**

xix + 83 Halaman + 20 Tabel + 12 Lampiran + 2 Gambar

ABSTRAK

Latar Belakang: Diabetes Mellitus adalah ancaman serius untuk kesehatan global dan menjadi salah satu dari sepuluh penyebab kematian yang disebut sebagai silent killer. Seseorang dapat terdiagnosis diabetes mellitus jika hasil dari pemeriksaan kadar gula darah ≥ 200 mg/dl. Penelitian ini dilakukan melalui penerapan terapi senam diabetes. **Tujuan :** Untuk mengetahui penerapan terapi senam diabetes terhadap ketidakstabilan glukosa darah pada klien dengan hiperglikemia untuk menurunkan ketidakstabilan glukosa darah. **Metode :** Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitis dengan pendekatan studi kasus, sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 2 orang. Penelitian ini dilakukan di PLSU Harapan Kita II. Data dikumpulkan dengan cara observasi, wawancara, pemeriksaan dan studi dokumentasi. Analisa data membandingkan antara teori dengan data yang ditemukan pada klien. **Hasil :** Didapatkan hasil responden mengalami ketidakstabilan glukosa darah pada klien 1 RR : 20x/menit dan GDS : 267 mg/dl setelah dilakukan terapi senam diabetes maka turun menjadi GDS : 267 mg/dl RR : 20x/menit pada pasien II RR : 20x/menit dan GDS : 267 mg/dl setelah dilakukan terapi senam diabetes maka turun menjadi menjadi GDS : 267 mg/dl dan GDS : 213 mg/dl. **Saran :** Agar dapat meningkatkan pelayanan di PLSU Harapan Kita II dan menjadi edukasi penerapan terapi penerapan terapi senam diabetes terhadap ketidakstabilan glukosa darah lansia dengan diabetes mellitus pada pasien diabetes.

Kata kunci : *Terapi Senam Diabetes, Ketidakstabilan Glukosa Darah, Diabetes Mellitus*

Daftar Pustaka : 14 (2003-2025)

**UNIVERSITAS AISYIYAH UNIVERSITY OF PALEMBANG FACULTY OF
HEALTH AND TECHNOLOGY DIPLOMA OF NURSING PROGRAM**

**Scientific Paper, 15 may, 2025
Dinda Trisnawati**

**APPLICATION OF DIABETIC GYMNASTICS THERAPY TO BLOOD
GLUCOSE INSTABILITY IN THE ELDERLY WITH DIABETES
MELLITUS AT PLSU HARAPAN KITA II PALEMBANG IN 2025**

Xix + 83 pages + 19 tables + 12 appendices + 2 figures

ABSTRACT

Background: Diabetes Mellitus is a serious threat to global health and is one of the ten causes of death known as a silent killer. A person can be diagnosed with diabetes mellitus if the results of a blood sugar level examination are ≥ 200 mg/dl. This research was conducted through the application of diabetes exercise therapy. Purpose: to know the application of diabetic gymnastics therapy to blood glucose instability in clients with hyperglycemia to reduce blood glucose instability. Methods: The research design used was descriptive analytical with a case study approach, the sample used in this study amounted to 2 people. this research was conducted at PLSU Harapan Kita II. Data were collected by means of observation, interviews, examinations and documentation studies. Data analysis compares theory with data provided to clients. Results: The results obtained were that the respondents experienced blood glucose instability. in client 1, RR: 20x/minute and GDS: 267 mg/dl after diabetes exercise therapy, it decreased to GDS: 267 mg/dl. RR: 20x/minute in patient II, RR: 20x/minute and GDS: 267 mg/dl after diabetes exercise therapy, it decreased to GDS: 267 mg/dl and GDS: 213 mg/dl. Suggestion: In order to improve services at PLSU Harapan Kita II and become an education on the application of diabetes gymnastics therapy for blood glucose instability in the elderly with diabetes mellitus in diabetes patients.

Keywords : *Diabetes Exercise Therapy, Blood Glucose Instabilty, Diabetes.*

Bibliography : 14 (2003-2025)