PENERAPAN KOMBINASI *DIABETES SELF MANAGEMENT EDUCATION* (DSME) DAN SENAM KAKI DIABETIK DENGAN MASALAH KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN LANSIA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PANDANWANGI

Intan Fitria Salsa Putri
Joko Wiyono, S.Kp.,Ns.,M.Kep.,Sp.Kom

ABSTRAK

Latar belakang: Diabetes Melitus (DM) tipe 2 pada lansia sering kali menimbulkan masalah keperawatan berupa ketidakstabilan kadar glukosa darah akibat penurunan fungsi fisiologis, kurangnya pengetahuan, dan kepatuhan dalam manajemen mandiri. Kombinasi *Diabetes Self Management Education* (DSME) dan senam kaki diabetik merupakan salah satu intervensi non-farmakologis yang komprehensif untuk meningkatkan kemandirian pasien serta membantu menurunkan kadar gula darah melalui stimulasi aktivitas fisik dan sirkulasi perifer. **Metode:** yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan pada lansia usia 62 tahun penderita DM tipe 2 yang mengalami masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah di Puskesmas Pandanwangi Kota Malang. Intervensi kombinasi *Diabetes Self Management Education* (DSME) sesi 1-4 dan senam kaki diabetik selama 4x pertemuan. **Hasil:** Setelah diberikan intervensi kombinasi DSME dan senam kaki diabetik, didapatkan hasil bahwa kadar glukosa darah glukosa darah pasien mengalami penurunan dari 250 mg/dL menjadi 154 mg/dL. Selain itu, terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan pasien dalam melakukan manajemen mandiri serta senam kaki secara mandiri di rumah. **Kesimpulan:** Penerapan kombinasi DSME dan senam kaki diabetik efektif dalam membantu menstabilkan kadar glukosa darah dan meningkatkan kemandirian pada pasien lansia dengan DM tipe 2. Intervensi ini diharapkan dapat diterapkan secara rutin sebagai program inovasi promosi kesehatan di Puskesmas Pandanwangi.

Kata kunci: Diabetes Melitus Tipe 2, *Diabetes Self Management Education* (DSME), Senam Kaki Diabetik, Kadar Glukosa Darah, Lansia.