

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi oleh masih tingginya penyakit diabetes melitus di Indonesia, sekitar 10,3 juta penduduk Indonesia menderita diabetes. Penderita diabetes melitus (DM) juga rentan terhadap komplikasi kronik vaskuler (penyakit arteri perifer) yang dapat berisiko berkembang menjadi ulkus kaki diabetik akibat sirkulasi darah yang buruk pada perifer kaki. Senam kaki diabetik menjadi salah satu aktivitas fisik yang dapat dilakukan oleh penderita DM untuk meningkatkan sirkulasi darah ke perifer kaki. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas senam kaki diabetik terhadap nilai *ankle brachial index* (ABI) pada diabetes melitus tipe 2. Desain penelitian menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR). Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*. Populasi 55 jurnal nasional dan 19 jurnal internasional yang sesuai dengan tema dalam bentuk *full text*. Sampel yang diambil yaitu 4 jurnal nasional dan 1 jurnal internasional. Pengambilan data menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Hasil analisis dari 5 jurnal yang diteliti, didapatkan ada peningkatan nilai ABI yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi senam kaki diabetik pada penderita DM tipe 2. Sehingga dapat disimpulkan bahwa senam kaki diabetik memiliki efek signifikan dalam meningkatkan nilai *ankle brachial index* (ABI). Disarankan kepada penderita diabetes melitus untuk melakukan senam kaki diabetik 3 kali dalam seminggu secara teratur sebagai bentuk tindakan pencegahan dari komplikasi diabetes khususnya pada ulkus kaki diabetik.

Kata kunci: *Ankle Brachial Index*, Diabetes Melitus Tipe 2, Senam Kaki Diabetik.

Daftar pustaka:

1. 7 Buku (2015-2020)
2. 19 Jurnal (2012-2019)
3. 13 Internet (2011-2020)

ABSTRACT

This research is motivated by the high rate of diabetes mellitus in Indonesia, around 10.3 million Indonesians suffer from diabetes. Patients with diabetes mellitus (DM) are also prone to chronic vascular complications (peripheral artery disease) which can be at risk of developing diabetic foot ulcers due to poor blood circulation to the periphery of the foot. Diabetic foot gymnastics is one of the physical activities that DM sufferers can do to increase blood circulation to the periphery of the feet. The purpose of this study was to determine the effectiveness of diabetic foot exercises on the ankle brachial index (ABI) value in type 2 diabetes mellitus. The study design used the Systematic Literature Review (SLR) method. The sampling technique used was purposive sampling. Population of 55 national journals and 19 international journals according to the theme in full text. Samples taken are 4 national journals and 1 international journal. Collecting data using inclusion and exclusion criteria. The results of the analysis of the 5 journals examined showed that there was a significant increase in the ABI value between before and after the intervention of diabetic foot exercise in type 2 diabetes patients. So it can be concluded that diabetic foot exercise has a significant effect in increasing the value of the ankle brachial index (ABI). . It is recommended for people with diabetes mellitus to do diabetic foot exercise 3 times a week regularly as a form of preventive measure from diabetes complications, especially in diabetic foot ulcers.

Keywords: Ankle Brachial Index, Type 2 Diabetetes Melitus, Diabetic Foot Exercise.

Bibliography:

- 1. 7 Books (2015-2020)*
- 2. 19 Journals (2012-2019)*
- 3. 13 Internet (2011-2020)*