

ABSTRAK

Kurangnya pemeliharaan kesehatan pada lansia masih menjadi masalah terjadinya penyakit kronis (diabetes mellitus pada lansia). Lansia yang mengalami perubahan akibat penuaan dan penurunan pada diri lansia, baik kemunduran fisik, mental dan sosial. Sehingga perlu dilakukan optimalisasi pada lansia agar memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Tujuan dari karya ilmiah ini adalah menerapkan asuhan keperawatan gerontik pada Ny.M dan Tn. D dengan masalah Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah menggunakan penerapan senam *aerobic low impact*

Jenis penelitian karya ilmiah ini adalah deskriptif menggunakan pendekatan studi kasus dengan subjek 2 klien dengan masalah Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah. Lokasi penelitian di Petemon 2 dilakukan tindakan selama 3 hari menggunakan metode pengumpulan data meliputi pengkajian, menentukan diagnose, membuat intervensi, melaksanakan tindakan (implementasi), dan mengevaluasi.

Hasil yang di dapatkan setelah melakukan asuhan keperawatan dengan penerapan senam *aerobic low impact* yang dilakukan 1 kali sehari selama 3 hari pada masing-masing klien didapatkan hasil ketidakstabilan kadar glukosa darah membaik, keluhan teratasi. Pada Ny. M didapatkan hasil keluhan kelelahan, kesemutan, mengantuk, lapar, haus dan frekuensi buang air kecil membaik disertai hasil gula darah acak yang stabil. Sedangkan pada Tn. D didapatkan hasil keluhan kelelahan, pusing, gemetar pada tangan, mengantuk, haus dan frekuensi buang air kecil membaik disertai hasil gula darah acak yang stabil.

Penerapan senam *aerobic low impact* pada kedua klien dapat membantu menstabilkan kadar glukosa darah, klien dan keluarga diharapkan dapat menerapkan senam *aerobic low impact* untuk menjaga kadar glukosa darah

Kata Kunci : Ketidakstabilan Glukosa Darah, senam *aerobic low impact*, Lansia