

Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung  
Jurusan Keperawatan Bandung  
Program Studi Keperawatan Bandung  
Bandung, 27 Mei 2022  
Wulan Nurazizah. P17320119047

**TINDAKAN SENAM *TAI CHI*  
PADA KLIEN DIABETES MELITUS TIPE 2  
UNTUK MENURUNKAN KADAR GLUKOSA DARAH  
DI RW 10 KELURAHAN PAJAJARAN  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS PASIR KALIKI KOTA BANDUNG  
ABSTRAK**

xvi, 90 hal, 5 Bab, 4 Grafik, 2 Tabel, 12 lampiran

Studi kasus ini dilatarbelakangi oleh angka kejadian Diabetes Melitus meningkat. Indonesia peringkat ke 5 di Dunia dengan jumlah 19,47 juta jiwa. Diabetes Melitus adalah gangguan metabolik ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah. Tindakan untuk menurunkan glukosa darah yaitu dengan senam *Tai Chi*. Tujuan studi kasus ini menggambarkan tindakan senam *Tai Chi* pada klien Diabetes Melitus tipe 2 dapat menurunkan kadar glukosa darah di RW 10 Kelurahan Pajajaran Wilayah Kerja Puskesmas Pasir Kaliki. Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif dengan mendeskripsikan tentang tindakan senam *Tai Chi* untuk menurunkan kadar glukosa darah pada klien dengan penyakit Diabetes Melitus tipe 2. Hasil studi kasus menunjukkan terdapat penurunan glukosa darah setelah senam *Tai Chi* rata-rata pada klien 1 yaitu 28 mg/dl dan klien 2 yaitu 8,67 mg/dl, terdapat perbedaan penurunan kadar glukosa darah, hal tersebut dipengaruhi faktor usia, tingkat stress, pola makan, dan tingkat pendidikan. Dapat disimpulkan senam *Tai Chi* dapat menurunkan glukosa darah. Bagi masyarakat diharapkan melaksanakan senam *Tai Chi* secara rutin 3x/minggu untuk menurunkan kadar glukosa darah dengan gerakan sesuai prosedur.

Kata Kunci : Glukosa Darah, Senam *Tai Chi*, Diabetes Melitus  
Daftar Pustaka : 46 (2012-2022)

*Health Polytechnic of the Ministry of Health Bandung  
Department of Nursing Bandung  
Bandung Nursing Study Program  
Bandung, 27 May 2022  
Wulan Nurazizah. P17320119047*

***TAI CHI GYMNASTICS ACTIONS  
IN PATIENTS WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS  
TO LOWER BLOOD GLUCOSE LEVELS  
IN RW 10 PAJAJARAN VILLAGE  
WORKING AREA OF PUSKESMAS PASIR KALIKI BANDUNG CITY  
ABSTRACT***

*xvi, 90 p. 5 Chapters, 4 Graphs, 2 Tables, 12 appendices*

*This case study is motivated by the increasing incidence of Diabetes Mellitus. Indonesia ranks 5th in the world with 19.47 million people. Diabetes Mellitus is a metabolic disorder of ditandai with elevated blood glucose levels. The action to lower blood glucose is with Tai Chi gymnastics. The purpose of this case study isto increase the action of Tai Chi gymnastics in patients with Diabetes Mellitus type 2 can reduce blood glucose levels in RW 10 Pajajaran Village, Working Area of the Pasir Kaliki Health Center. This case study uses a descriptive method by describing the actions of Tai Chi gymnastics to lower glucose levelsin clients with type 2 Diabetes Mellitus disease. The results of the case study showed that there was a decrease in blood glucose after Tai Chi gymnastics on average in client 1, namely 28 mg / dl and client 2, which was 8.67 mg / dl, there were differences in blood glucose levels, this was influenced by factors of age, stress level, diet, and level of education. It can be concluded that Tai Chi gymnastics can lower blood glucose. For the public, it is expected to carry out Tai Chi gymnastics regularly 3x / week to lower blood glucose levels with movements according to the procedure.*

*Keywords : Blood Glucose, Tai Chi Gymnastics, Diabetes Mellitus  
Bibliography : 46 (2012-2022)*