ABSTRAK

PENGARUH PEMAKAIAN INSOLE TERHADAP KADAR GLUKOSA DARAH PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE -2

Ignatius Heri Dwianto

Latar belakang: Kegiatan berjalan jinjit tidak mudah dilakukan secara terus menerus dan dalam waktu lama, sehingga berjalan jinjit digantikan dengan pemakaian insole. Pemakaian insole dengan sudut -10° selama 5 hari pada subyek sehat terjadi penurunan kadar glukosa darah puasa dan memperbaiki toleransi glukosa pada penderita hiperglikemia. **Tujuan**: membuktikan pengaruh pemakaian insole terhadap penurunan kadar glukosa darah puasa dan kadar glukosa darah *post prandial* setelah pemakaian insole pada penderita diabetes melitus tipe -2. **Metode**: Penelitian ini menggunakan *pre and post test with control design* dengan subjek penderita diabetes melitus tipe 2 sebanyak 16 orang yang dibagi dua kelompok di Paguyuban Diabetes dan Hidup Sehat Rumah Sakit "X" Surabaya, kelompok satu memakai sepatu tanpa insole selama 5 hari dan kelompok dua memakai sepatu dengan insole selama 5 hari. Subjek diambil darah sebelum dan setelah pemakaian sepatu, baik yang pakai insole-10° maupun yang pakai insole 0°. **Hasil**: Data hasil penelitian menunjukkan kadar glukosa darah puasa pada kelompok sepatu dengan insole 0° memiliki nilai p=0,494 dan kelompok sepatu dengan insole -10° memiliki nilai p=0,022. Sedangkan kadar glukosa darah 2 jam post prandial pada kelompok sepatu dengan insole 0° memiliki nilai p=0,082 dan kelompok sepatu dengan insole memiliki nilai p=0,016. **Kesimpulan**: Pemakaian sepatu dengan insole -10^0 mempunyai hasil terjadi penurunan kadar glukosa darah puasa dan kadar glukosa darah 2 jam *post prandial.*

Kata kunci: insole, glukosa darah puasa dan glukosa darah *post prandial*.