

KARYA ILMIAH AKHIR
PENERAPAN SENAM KAKI PADA PASIEN LANSIA DIABETES
MELITUS TIPE 2 DENGAN MASALAH KEPERAWATAN
KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH
(Studi Kasus di RSUD Muhammadiyah Ponorogo)



Oleh :

ERICHA DIAH PITALOKA
NIM : 24650503

PROGRAM STUDI PROFESI NERS FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2025

**PENERAPAN SENAM KAKI PADA PASIEN LANSIA DIABETES
MELITUS TIPE 2 DENGAN MASALAH KEPERAWATAN
KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH
(Studi Kasus di RSUD Muhammadiyah Ponorogo)**

KARYA ILMIAH AKHIR

Diajukan Kepada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo Untuk Memenuhi Syarat
Penyusunan Karya Ilmiah Akhir



Oleh :

**ERICHA DIAH PITALOKA
NIM : 24650503**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2025

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya tulis oleh : ERICHA DIAH PITALOKA
Judul : PENERAPAN SENAM KAKI PADA PASIEN LANSIA
DIABETES MELITUS TIPE 2 DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN KETIDAKSTABILAN KADAR
GLUKOSA DARAH DI RUANG KH. AHMAD
DAHLAN RSU MUHAMMADIYAH PONOROGO

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan dewan penguji Karya Ilmiah Akhir pada
tanggal 17 Januari 2025.

Oleh :
Pembimbing



Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes.,Ph.D

NIDN. 0715127903

Mengetahui
Dekan fakultas ilmu kesehatan
Universitas muhammadiyah ponorogo



Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes.,Ph.D

NIDN. 0715127903

HALAMAN PENGESAHAN

Karya tulis oleh : ERICHA DIAH PITALOKA
Judul : PENERAPAN SENAM KAKI PADA PASIEN LANSIA
DIABETES MELITUS TIPE 2 DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN KETIDAKSTABILAN KADAR
GLUKOSA DARAH DI RUANG KH. AHMAD
DAHLAN RSU MUHAMMADIYAH PONOROGO

Telah diuji dan disetujui oleh tim penguji pada ujian Karya Ilmiah Akhir di
Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah
Ponorogo, tanggal : 30 Januari 2025.

Tim penguji :

Tanda tangan

Ketua : Yayuk Dwirahayu, S.Kep.Ns.,M.Kes

:

Anggota : Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes.,Ph.D

:

Mengetahui

Dekan fakultas ilmu kesehatan
Universitas muhammadiyah ponorogo


Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes.,Ph.D

NIDN. 0715127903

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ericha Diah Pitaloka

NIM : 24650503

Institusi : Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Ponorogo

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) yang berjudul : “Penerapan Senam Kaki Pada Pasien Lansia Diabetes Melitus Tipe 2 Dengan Masalah Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Di Ruang KH. Ahmad Dahlan RSU Muhammadiyah Ponorogo” adalah bukan Karya Ilmiah Akhir Ners milik orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, Kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, kami bersedia mendapatkan sangsi.

Ponorogo, 17 Januari 2025

Yang menyatakan



(Ericha Diah Pitaloka)

ABSTRAK
PENERAPAN SENAM KAKI PADA PASIEN LANSIA DIABETES
MELITUS TIPE 2 DENGAN MASALAH KEPERAWATAN
KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH
(Studi Kasus di RSUD Muhammadiyah Ponorogo)

Oleh: ERICHA DIAH PITALOKA
NIM: 24650503

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit metabolik kronik yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah, mengantuk, lelah/lesu, mulut kering, rasa haus meningkat, kadar glukosa dalam darah meningkat. Studi kasus ini bertujuan untuk melakukan asuhan keperawatan pada pasien DM dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah dengan tindakan intervensi pemberian senam kaki diabetes.

Asuhan keperawatan pada pasien DM dilakukan di ruang KH. Ahmad Dahlan RSUD Muhammadiyah Ponorogo dilakukan selama 2 minggu. Pemberian intervensi senam kaki dilakukan selama 5 kali dalam 2 minggu. Kegiatan dilakukan pada bulan November 2024. Metode yang digunakan adalah dengan pendekatan proses keperawatan.

Hasil perawatan selama 2 minggu didapatkan bahwa pasien mengalami penurunan kadar glukosa darah yaitu 235 mg/dL dengan kriteria mengantuk menurun, lelah/lesu menurun, mulut kering menurun, rasa haus menurun, kadar glukosa dalam darah membaik. Tindakan keperawatan yang dilakukan untuk mengatasi masalah antara lain dengan melakukan terapi nonfarmakologi senam kaki diabetes sedini mungkin.

Pemberian senam kaki pada penerapan asuhan keperawatan pada pasien DM diharapkan bisa menjadi salah satu terapi non farmakologis untuk mengendalikan ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien.

Kata Kunci : Diabetes Melitus, Senam Kaki Diabetes

ABSTRACT
APPLICATION OF LEGGING EXERCISES IN ELDERLY DIABETES
PATIENTS TYPE 2 MELLITUS WITH NURSING PROBLEMS OF BLOOD
GLUCOSE LEVEL INSTABILITY
(Case Study at RSU Muhammadiyah Ponorogo)

By: ERICHA DIAH PITALOKA
NIM: 24650503

Diabetes Mellitus (DM) is a chronic metabolic disease characterized by increased blood glucose levels, drowsiness, fatigue/lethargy, dry mouth, increased thirst, increased blood glucose levels. This case study aims to provide nursing care to DM patients with unstable blood glucose levels with intervention measures of providing diabetic foot exercises.

Nursing care for DM patients was carried out in the KH. Ahmad Dahlan room, Muhammadiyah Ponorogo Hospital for 2 weeks. The provision of foot exercise interventions was carried out 5 times in 2 weeks. The activity was carried out in November 2024. The method used was the nursing process approach.

The results of the treatment for 2 weeks showed that the patient experienced a decrease in blood glucose levels of 235 mg/dL with the criteria of decreased drowsiness, decreased fatigue/lethargy, decreased dry mouth, decreased thirst, improved blood glucose levels. Nursing actions taken to overcome the problem include performing non-pharmacological diabetes foot exercise therapy as early as possible.

Providing leg exercises in the implementation of nursing care for DM patients is expected to be a non-pharmacological therapy to control unstable blood glucose levels in patients.

Keywords: Diabetes Mellitus, Diabetic Foot Exercises

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Penerapan Senam Kaki Pada Pasien Lansia Diabetes Melitus Tipe 2 Dengan Masalah Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Di Ruang KH. Ahmad Dahlan RSU Muhammadiyah Ponorogo”. Karya Ilmiah Akhir Ners ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners.

Penulis menyadari dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini banyak memperoleh bimbingan, asuhan serta dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Dr. Rido Kurnianto, M. Ag selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberi kemudahan dan izin, sehingga memperlancar penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners.
2. Sulisty Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes.,Ph.D selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo sekaligus selaku pembimbing yang telah memberi kemudahan dan izin, sehingga memperlancar penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners.
3. dr. H. Barunanto Ashadi, M. Si selaku Direktur RSU Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberi kemudahan dan izin, sehingga memperlancar penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners.
4. Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ners., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah membimbing dan memberikan pengarahan dalam menyelesaikan Karya Ilmiah ini.

5. Orang tua dan calon suami yang senantiasa mendoakan, serta memberikan dukungan sehingga ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Teman-teman seperjuangan mahasiswa Profesi Ners atas kerja sama dan motivasinya.
7. Semua pihak yang tidak dapat dituliskan satu per satu atas bantuan dalam penyelesaian Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

Semoga Allah SWT memberikan imbalan atas kebaikan serta ketulusan yang telah mereka berikan selama ini pada penulis. Penulis menyadari bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners ini masih jauh dari kesempurnaan sehingga diharapkan adanya kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.



Ponorogo, 17 Januari 2025

(Ericha Diah Pitaloka)

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	7
1.4.2 Manfaat Praktis	7
BAB 2 TINJAUAN LITERATURE.....	9
2.1 Konsep Teori Diabetes Mellitus	9
2.1.1 Pengertian Diabetes Melitus	9
2.1.2 Diagnosis Diabetes Melitus.....	9
2.1.3 Patofisiologi	10
2.1.4 Faktor Resiko	12
2.1.5 Komplikasi Kronis Diabetes Mellitus Tipe 2.....	17
2.1.6 Klasifikasi	20
2.1.7 Tanda dan Gejala.....	21
2.1.8 Penatalaksanaan	22
2.2 Konsep Senam Kaki Diabetes.....	29
2.2.1 Pengertian Senam Kaki Diabetes	29

2.2.2	Manfaat Senam Kaki Diabetes Melitus.....	29
2.2.3	Indikasi Dan Kontraindikasi	30
2.2.4	Pengaruh Senam Kaki Dalam Menurunkan Kadar Gula Darah..	30
2.2.5	Prosedur Senam Kaki Diabetes Mellitus.....	31
2.3	Konsep Kadar Glukosa Darah	34
2.3.1	Pengertian Kadar Glukosa Darah.....	34
2.3.2	Faktor Risiko Kadar Glukosa Darah	34
2.3.3	Batasan Kadar Glukosa Darah	36
2.4	Konsep Asuhan Keperawatan.....	37
2.4.1	Pengkajian.....	37
2.4.2	Diagnosis Keperawatan.....	49
2.4.3	Intervensi Keperawatan.....	50
2.4.3	Implementasi.....	53
2.4.4	Evaluasi.....	53
2.5	EBN (<i>Evidence Based Nursing</i>).....	53
BAB 3 METODE LAPORAN KASUS.....		59
3.1	Metode	59
3.2	Teknik Penulisan.....	59
3.3	Waktu Dan Tempat.....	59
3.4	Pengumpulan Data.....	60
3.5	Alur Kerja	62
3.6	Etika	62
3.6.1	Persetujuan Setelah Penjelasan (<i>Informed Consent</i>).....	63
3.6.2	Anonimitas (<i>Anonimity</i>).....	64
3.6.3	Kerahasiaan (<i>Confidentiality</i>)	64
3.6.4	Uji Etik.....	65
BAB 4 GAMBARAN KASUS		67
4.1	Pengkajian.....	67
4.1.1	Identitas Klien	67
4.1.2	Keluhan Utama.....	67
4.1.3	Riwayat Penyakit Sekarang.....	68
4.1.4	Riwayat Kesehatan Dahulu	68
4.1.5	Riwayat Kesehatan Keluarga	68
4.1.6	Riwayat Psikososial	68

4.1.7	Genogram.....	70
4.1.8	Pola Kesehatan Sehari-Hari	71
4.1.9	Pemeriksaan Fisik	71
4.1.10	Pemeriksaan Penunjang	76
4.1.11	Penatalaksanaan	77
4.2	Analisa Data.....	79
4.3	Perumusan Masalah	80
4.4	Perencanaan	80
4.5	Implementasi.....	83
4.6	Evaluasi.....	85
BAB 5	PEMBAHASAN.....	88
5.1	Pengkajian Keperawatan.....	88
5.2	Diagnosis Keperawatan	90
5.3	Perencanaan Keperawatan	92
5.4	Implementasi Keperawatan.....	93
5.5	Evaluasi Keperawatan.....	95
BAB 6	PENUTUP.....	97
6.1	Kesimpulan	97
6.1.1	Pengkajian Keperawatan.....	97
6.1.2	Diagnosis Keperawatan.....	98
6.1.3	Perencanaan Keperawatan	98
6.1.4	Implementasi Keperawatan.....	98
6.1.5	Evaluasi Keperawatan.....	98
6.2	Saran	99
6.2.1	Responden dan Keluarga.....	99
6.2.2	Profesi Keperawatan	99
6.2.3	Penulis Selanjutnya	100
DAFTAR PUSTAKA		101

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kategori Hipoglikemia.....	18
Tabel 2.1 Kriteria Pengendalian Diabetes Mellitus	28
Tabel 2.4 Intervensi Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah.....	50
Tabel 2.5 <i>Evidence Based Nursing</i> terapi senam kaki pada penderita Diabetes...	53
Tabel 4.1 Pola Kesehatan Sehari-Hari	71
Tabel 4.1 Pemeriksaan Laboratorium	76
Tabel 4.2 Analisa Data.....	79
Tabel 4.3 Masalah Keperawatan	80
Tabel 4.4 Perencanaan Keperawatan	80
Tabel 4.5 Impelementasi	83
Tabel 4.6 Evaluasi Keperawatan.....	85



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Patofisiologi Hiperglikemia pada DM Tipe 2	12
Gambar 3.5 Alur Kerja Penerapan Senam Kaki Pada Pasien Diabetes	62
Gambar 4.1 Genogram	70



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjelasan Untuk Mengikuti Studi Kasus	107
Lampiran 2 Informed Consent	108
Lampiran 3 Surat Ijin Data Awal	109
Lampiran 4 Data Awal	110
Lampiran 5 SOP Senam Kaki	111
Lampiran 6 SOP Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah.....	114
Lampiran 7 Uji Etik Penelitian	117
Lampiran 8 Lembar Konsultasi.....	118
Lampiran 9 Dokumentasi.....	121



DAFTAR SINGKATAN

ANA	: <i>American Nursing Association</i>
CAD	: <i>Coronary Arteri Disease</i>
DCCT	: <i>Diabetes Control and Complications Trial</i>
DM	: <i>Diabetes Melitus</i>
DMG	: <i>Diabetes Mellitus Gestasional</i>
GDPT	: <i>Glukosa Darah Puasa Terganggu</i>
HbA1c	: <i>Hemoglobin Glikolisasi</i>
ICS	: <i>Intercostal Space</i>
IDF	: <i>International Diabetes Federation</i>
IMT	: <i>Indeks Masa Tubuh</i>
KAD	: <i>Ketoasidosis Diabetik</i>
ND	: <i>Neuropati Diabetikum</i>
NGSP	: <i>National Glycohaemoglobin Standarization Program</i>
PVD	: <i>Peripheral Vascular Disease</i>
ROS	: <i>Reactive Oxygen Species</i>
RSU	: <i>Rumah Sakit Umum</i>
SDKI	: <i>Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia</i>
SIKI	: <i>Standar Intervensi Keperawatan Indonesia</i>
SLKI	: <i>Standar Luaran Keperawatan Indonesia</i>
SMBG	: <i>Self Monitoring Blood Glucose</i>
SSH	: <i>Status Hiperglikemi Hiperosmolar</i>
TGT	: <i>Toleransi Glukosa Terganggu</i>
TTGO	: <i>Tes Toleransi Glukosa Oral</i>