

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS
PENERAPAN SENAM KAKI PADA PASIEN DIABETES MELLITUS
TYPE II DENGAN MASALAH KEPERAWATAN KETIDAKSTABILAN
KADAR GULA DARAH DI RUANG FLAMBOYAN 2
RSU DARMAJU PONOROGO**



Oleh:

**INDRA YOGI SUMULAR
NIM 24650505**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2025**

**PENERAPAN SENAM KAKI PADA PASIEN DIABETES MELLITUS
TYPE II DENGAN MASALAH KEPERAWATAN KETIDAKSTABILAN
KADAR GULA DARAH DI RUANG FLAMBOYAN 2
RSU DARMAYU PONOROGO**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

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



Oleh:

**INDRA YOGI SUMULAR
NIM 24650505**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Oleh : Indra Yogi Sumular
Judul : PENERAPAN SENAM KAKI PADA PASIEN
DIABETES MELLITUS TYPE II DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN KETIDAKSTABILAN KADAR GULA
DARAH DI RUANG FLAMBOYAN 2 RSU DARMAYU
PONOROGO

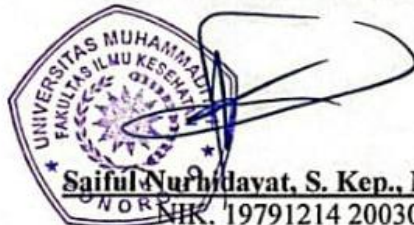
Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Proposal pada tanggal:
Oktober 2025

Oleh:
Pembimbing



Yayuk Dwirahayu, S. Kep., Ns., M. Kes.
NIDN. 0711096801

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S. Kep., Ns., M. Kep
NIDN. 19791214 200302 12

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Oleh : Indra Yogi Sumular
Judul : PENERAPAN SENAM KAKI PADA PASIEN
DIABETES MELLITUS TYPE II DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN KETIDAKSTABILAN KADAR GULA
DARAH DI RUANG FLAMBOYAN 2 RSU DARMAYU
PONOROGO

Telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji di Program Studi Profesi Ners Fakultas
Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, Tanggal: 16 Desember
2025

Tim Penguji:

Tanda Tangan

Ketua : Filia Icha Sukamto, S.Kep., Ns., M.Kep
Anggota : Yayuk Dwirahayu, S.Kep., Ns., M.Kes.

.....
.....

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo


Salfat Nurhidayat, Ns., M. Kep
NIK.19791214 2003020 12

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN
PROPOSAL KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Indra Yogi Sumular

NIM : 24650505

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

Menyatakan bahwa ujian Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) yang berjudul:
“Penerapan Senam Kaki Pada Pasien Diabetes Mellitus Type II dengan Masalah Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Gula Darah Di Ruang Flamboyan 2 RSU Darmayu Ponorogo”, adalah bukan Karya Ilmiah Akhir 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 sanksi.

Ponorogo, November 2025

Yang Menyatakan



Indra Yogi Sumular

NIM. 24650505

**PENERAPAN SENAM KAKI PADA PASIEN DIABETES MELLITUS
TYPE II DENGAN MASALAH KEPERAWATAN KETIDAKSTABILAN
KADAR GULA DARAH DI RUANG FLAMBOYAN 2
RSU DARMAYU PONOROGO**

Indra Yogi Sumular
Program Profesi Ners
Universitas Muhammadiyah Ponorogo

ABSTRAK

Gula darah tinggi yang berkepanjangan dapat menyebabkan komplikasi salah satunya kerusakan saraf di kaki yang dapat menimbulkan luka pada kaki. Latihan fisik dapat menurunkan kadar gula darah karena latihan fisik akan meningkatkan pemakaian glukosa oleh otot yang aktif, salah satu latihan fisik yang dianjurkan untuk penderita diabetes mellitus adalah senam kaki diabetes. Tujuan terapi ini untuk mencegah terjadinya luka dan membantu melancarkan pembuluh darah pada pasien diabetes melitus. Asuhan keperawatan dilakukan pada Ny. H dengan diagnosis medis DM tipe 2, GEA, *Nausea*, *Vomitting*. Metode yang digunakan dengan pendekatan proses keperawatan, pengumpulan data dengan wawancara, intervensi, implementasi utama dengan latihan senam kaki diabetik.

Pada hasil pengkajian keperawatan yang dilakukan pada pasien didapatkan data pasien mengeluh lemas, mulut terasa kering, mengantuk, dan kadar gula darah 259 mg/dl. Intervensi yang diberikan berupa latihan senam kaki diabetik. Implementasi diberikan selama 5x24 jam selama pasien dirawat di RSUD Darmayu Ponorogo. Evaluasi akhir dilakukan setelah 5 hari terdapat penurunan kadar gula darah setelah pemberian latihan senam kaki diabetik.

Asuhan keperawatan pada pasien diabetes melitus dengan ketidakstabilan kadar gula darah diharapkan dapat memberikan gambaran dan mengaplikasikan acuan dalam melakukan asuhan keperawatan. Pemberian latihan senam kaki diabetik dapat diberikan pada pasien selain tindakan terapi farmakologi.

Kata Kunci: Senam Kaki Diabetik, Diabetes Malitus, Kestabilan Kadar Gula Darah

**APPLICATION OF FOOT EXERCISES IN TYPE II DIABETES MELLITUS
PATIENTS WITH NURSING PROBLEMS OF UNSTABILITY OF BLOOD
SUGAR LEVELS IN FLAMBOYAN ROOM 2
DARMAYU HOSPITAL PONOROGO**

Indra Yogi Sumular
*Nursing Profession Study Program
Muhammadiyah University of Ponorogo*

ABSTRACT

Prolonged high blood sugar can lead to complications, including nerve damage in the feet, which can lead to foot ulcers. Physical exercise can lower blood sugar levels because it increases glucose utilization by active muscles. One recommended exercise for people with diabetes mellitus is diabetic foot exercises. The goal of this therapy is to prevent ulcers and help improve blood vessel function in patients with diabetes mellitus. Nursing care was provided to Mrs. H, diagnosed with type 2 diabetes mellitus (DM), severe GI distress (GAE), nausea, and vomiting. The method used was a nursing process approach, data collection through interviews, interventions, and the main implementation of diabetic foot exercises.

The nursing assessment revealed that the patient complained of weakness, dry mouth, drowsiness, and a blood sugar level of 259 mg/dL. The intervention provided was diabetic foot exercises. Implementation was provided for 5 x 24 hours during the patient's stay at Darmayu General Hospital, Ponorogo. A final evaluation was conducted after 5 days, revealing a decrease in blood sugar levels following the diabetic foot exercises.

Nursing care for patients with diabetes mellitus and unstable blood sugar levels is expected to provide an overview and apply guidelines in providing nursing care. Diabetic foot exercises can be provided to patients in addition to pharmacological therapy.

Keywords: Diabetic Foot Exercises, Diabetes Mellitus, Blood Sugar Stability

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT penulis panjatkan atas segala rahmat dan anugerah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah ini dengan judul “Penerapan Senam Kaki Pada Pasien Diabetes Mellitus Type II dengan Masalah Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Gula Darah Di Ruang Flamboyan 2 RSUD Darmayu Ponorogo”. Untuk melengkapi persyaratan dalam menyelesaikan Program Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Penulis menyadari dengan sepenuh hati bahwa dalam rangka kegiatan penerapan asuhan keperawatan ini tidak akan terlaksana sebagaimana yang diharapkan tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak yang telah memberikan banyak bimbingan, arahan, motivasi kepada penulis. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Dr. Rido Kurnianto, M.Ag, Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi S1 Keperawatan.
2. Sulisty Andarmoyo, S.Kep., Ns., M.Kes., Ph.D selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo memberikan kesempatan untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Profesi Ners di Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

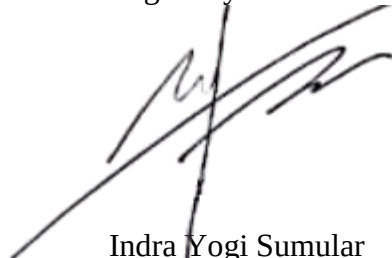
3. Yayuk Dwirahayu, S.Kep., Ns., M.Kes selaku pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan karya ilmiah ini.
4. Direktur RSUD Darmayu Ponorogo memberikan izin kepada peneliti untuk mengambil data yang diperlukan selama menyelesaikan pendidikan profesi ners.
5. Ayah, Ibu dan Saudaraku yang selalu mengiringi langkahku dengan doa dan memberi semangat, harapan serta dukungan.
6. Teman-temanku di Fakultas Ilmu Kesehatan UNMUH Ponorogo dan semua pihak yang telah membantu penulis menyelesaikan karya ilmiah ini.

Dalam penulisan Skripsi ini, penulis menyadari bahwa karya ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun.

Akhirnya penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat khususnya bagi bidang keperawatan.

Ponorogo, November 2025

Yang menyatakan



Indra Yogi Sumular
NIM 24650505

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH	v
ABSTRAK	vi
ABSTARCT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB 1. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penulisan	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB 2. TINJAUAN LITERATUR	7
2.1 Konsep Teori	7
2.1.1 Konsep Diabetes Mellitus	7
2.1.2 Konsep Senam Kaki	17
2.1.3 Konsep Kadar Glukosa Dalam Darah	21
2.2 Asuhan Keperawatan Teoritis	28
2.2.1 Pengkajian	28

2.2.2	Diagnosis Keperawatan	33
2.2.3	Intervensi	34
2.2.4	Implementasi	36
2.2.5	Evaluasi	36
2.3	EBN (<i>Evidence Based</i>)	36
BAB 3.	METODE LAPORAN KASUS	46
3.1	Metode	46
3.2	Teknik Penulisan	46
3.3	Waktu dan Tempat	46
3.4	Pengumpulan Data	47
3.5	Alur Kerja	48
3.6	Etika	48
BAB 4.	LAPORAN KASUS	50
4.1	Pengkajian	50
4.2	Analisa Data	60
4.3	Diagnosa Keperawatan	60
4.4	Perencanaan Keperawatan	60
4.5	Implementasi	62
4.6	Evaluasi	65
BAB 5.	PEMBAHASAN	67
5.1	Pengkajian Keperawatan	67
5.2	Diagnosa Keperawatan	68
5.3	Intervensi Keperawatan	69
5.4	Implementasi Keperawatan	70
5.5	Evaluasi Keperawatan	71
BAB 6.	PENUTUP	76
6.1	Kesimpulan	76
6.2	Saran	77
DAFTAR PUSTAKA		78

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Intervensi Keperawatan	34
Tabel 2.2 Analisis Jurnal PICO 1	37
Tabel 2.3 Analisis Jurnal PICO 2	38
Tabel 2.4 Analisis Jurnal PICO 3	40
Tabel 2.5 Analisis Jurnal PICO 4	42
Tabel 2.6 Analisis Jurnal PICO 5	44



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pathway Diabetes Mellitus	12
Gambar 3.1 Alur Kerja Penerapan Senam Kaki Penerapan Senam Kaki Pada Pasien Diabetes Mellitus Type II dengan Masalah Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Gula Darah Di RSU Darmayu Ponorogo	48



LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Penjelasan Studi Asuhan Keperawatan	84
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Partisipan	85
Lampiran 3. SOP Senam Kaki	86
Lampiran 4. Dokumentasi	90
Lampiran 5. Format Pengkajian KMB	91
Lampiran 6. Surat Keterangan Plagiasi	101
Lampiran 7. Lembar Konsultasi	102



DAFTAR SINGKATAN



DM	: Diabetes Mellitus
EBN	: <i>Evidence Based</i>
ISK	: Infeksi Saluran Kencing
Kemenkes	: Kementerian Kesehatan
KIAN	: Karya Ilmiah Akhir Ners
OHO	: Obat Hipoglikemik Oral
PGDM	: Pemantauan glukosa darah mandiri
Perkeni	: Perkumpulan Endokrinologi Indonesia
PICO	: <i>Problem, Intervention, Comparison, Outcome</i>
Risikesdas	: Riset Kesehatan Dasar
RSU	: Rumah Sakit Umum
SDKI	: Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standar Luaran Keperawatan Indonesia
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
PPNI	: Persatuan Perawat Nasional Indonesia
SOAP	: Subjektif, Objektif, Asesment, Plan
WHO	: <i>World Health Organization</i>