

**PENERAPAN SENAM KAKI DIABETES TERHADAP PENURUNAN
KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS**

DI DESA BANJARWARU

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



Diajukan Sebagai Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Ners

Pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu

Universitas Al-Irsyad Cilacap

Disusun Oleh :

Titis Eko Wahyuni

41121232032

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP

2024

**PERNYATAAN ORISINALITAS
ATAU KEASLIAN PENELITIAN**

Penelitian ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Titis Eko Wahyuni

NIM : 41121232032

Tanda Tangan :

Tanggal : 17 Januari 2025



LEMBAR PERSETUJUAN

PENERAPAN SENAM KAKI DIABETES TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH PASIEN DIABETES MELLITUS DI DESA BANJARWARU

Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah disetujui untuk diujikan dihadapan penguji
Program Studi Profesi Pendidikan Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Al - Irsyad Cilacap

Oleh: TITIS EKO WAHYUNI

NIM: 41121232032

Cilacap, Februari 2025

Pembimbing

Ahmad Kusnaeni, M.Kep.,Ns

NIP. 1031010772

Mengetahui

Ketua Program Studi Profesi Ners

Trimeilia Suprihatingsih, S.Kp.,M.Kes

NIP. 103 100 3441

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh :

Nama Mahasiswa : Titis Eko Wahyuni
NIM : 41121232032
Judul KIAN : Penerapan Senam Kaki Diabetes Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Desa Banjarwaru
Program Studi : Profesi Ners
Fakultas : Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

DEWAN PENGUJI

Peguji Umum

(Ahmad Kusnaeni, M.Kep.,Ns)
NIP. 1031010772

Penguji Anggota

(Trimeilia Suprihatiningsih, S.Kp, M.Kes)
NIP. 103 100 3441

Ditetapkan di : Cilacap
Tanggal : Februari 2025

Mengetahui

Ketua Program Studi Profesi Ners

Trimeilia Suprihatiningsih, S.Kp, M.Kes
NIP. 103 100 3441

Mengesahkan

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap

Sohimah, M.Keb
NIP. 103 100 3469

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners pada Program Studi Profesi Pendidikan Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

Dalam menyusun penelitian ini, saya mendapat banyak bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Allah Subhanallahu Wa Ta'ala yang telah memberikan segala curahan kenikmatan dan hidayah yang tak terhingga, sehingga karya ilmiah ners ini dapat tersusun dengan baik.
2. Rasulullah Shallalahualaihi wassalam yang telah menjadi tauladan yang baik dan penuntun hidup.
3. Sarwa, AMK., S.Pd., M.Kes. selaku Rektor Universitas Al - Irsyad Cilacap.
4. Sohimah, M.Keb., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al - Irsyad Cilacap.
5. Trimeilia Suprihatiningsih, S.Kp., M.Kes, selaku Ketua Program Studi Profesi Pendidikan Ners Universitas Al - Irsyad Cilacap.
6. Ahmad Kusnaeni, M.Kep.,Ns selaku dosen pembimbing utama yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan karya ilmiah akhir ini.
7. Warga desa Banjarwaru yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan.
8. Keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral.

9. Semua pihak yang membantu penyusunan kian ini, baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak bisa penulis sebut satu persatu.

Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Cilacap, Januari 2025

Penulis,

Titis Eko Wahyuni



PENERAPAN SENAM KAKI DIABETES TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI DESA BANJARWARU

Application Of Diabetes Foot Exercise To Reduce Blood Sugar Levels In Diabetes Mellitus Patients In Banjarwaru Village

Titis Eko Wahyuni¹, Ahmad Kusnaeni²,
^{1,2,3} Al-Irsyad University Cilacap
Jl. Cerme No.24, Sidanegara, Cilacap

ABSTRAK

Pendahuluan Hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti di desa Banjarwaru, pasien umumnya mengatakan merasa kedua kakinya sering kesemutan dan sering pusing kepalanya, keluarga pasien selalu mendukung dalam pengobatan namun dari pasien kadang tetap saja memakan yang harusnya di hindari. **Tujuan:** Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah untuk memahami dan mempelajari mengenai Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Dengan penerapan senam kaki diabetes terhadap penurunan kadar gula darah. **Metode:** Metode karya ilmiah ini menggunakan metode pedoman observasi tentang latihan senam kaki diabetes sesuai dengan Standar Operasional Prosedur dan literatur jurnal. **Hasil:** KIAN ini menunjukkan bahwa tindakan Senam Kaki Diabetik terbukti efektif dalam menurunkan kesemutan/nyeri pada pasien Diabetes Mellitus. **Kesimpulan:** Setelah dilakukan implemmentasi selama 3 kali kunjungan yaitu keluarga diberikan edukasi kesehatan mengenai diabetes mellitus dan cara merawat penderita hipertensi agar tidak sering mengalami keluhan terutama pada kedua kakinya, sekarang keluarga Ny.N mampu memahami tentang diabetes mellitus. Dan setelah dilakukan penerapan intervensi senam kaki diabetik, rasa kesemutan pada kedua kakinya sedikit berkurang dari sebelumnya.

Kata Kunci: Diabetes Mellitus, Senam kaki diabetes.

ABSTRACT

Introduction : The results of observations and interviews conducted by researchers in Banjarwaru village, patients generally said they often felt tingling in their legs and often had headaches, the patient's family was always supportive in treatment but the patient sometimes still ate things that should be avoided. **Purpose:** Writing this Final Scientific Work for Nurses is to understand and study family nursing care for type II diabetes mellitus patients by applying diabetic foot exercises to reduce blood sugar levels. **Method:** The method of this scientific work uses the method of observation guidelines regarding diabetes foot exercise in accordance with Standard Operating Procedures and journal literature. **Results:** This KIAN shows that Diabetic Foot Exercises have proven effective in reducing tingling/pain in Diabetes Mellitus patients. **Conclusion:** After implementing it for 3 visits, where the family was given health education about diabetes mellitus and how to care for hypertension sufferers so they don't often experience complaints, especially in their legs, now Mrs. N's family is able to understand about diabetes mellitus. And after implementing the diabetic foot exercise intervention, the tingling feeling in both feet was slightly less than before.

Keywords: Diabetes Mellitus, Diabetic foot exercises

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Al - Irsyad Cilacap, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Titis Eko Wahyuni
NIM : 41121232032
Program Studi : Profesi Ners
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan
Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir Ners

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Al-Irsyad Cilacap **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul : **PENERAPAN SENAM KAKI DIABETES TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI DESA BANJARWARU** Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Universitas Al - Irsyad Cilacap berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Cilacap, Januari 2025

(Titis Eko Wahyuni)

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR LAYAK UJI SIDANG	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	vi
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
BAB I.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan.....	6
C. Manfaat Karya Ilmiah Ners.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Konsep Medis Diabetes Mellitus	9
B. Asuhan Keperawatan	37
C. <i>Evidence Base Pratice</i> (EBP)	51
BAB III METODE STUDI KASUS	53
A. Jenis Dan Desain	53
B. Subjek Studi Kasus	53
C. Lokasi Dan Waktu Studi Kasus	54
D. Definisi Operasional	54
E. Instumen Studi Kasus	54
F. Metode Pengumpulan Data	55
G. Langkah – Langkah Pelaksanaan Studi Kasus	55
H. Analisis Data Dan Penyajian Data	57
I. Etika Studi Kasus	57
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	60
A. Asuhan Keperawatan	60
B. Pembahasan	68

C. Keterbatasan Studi Kasus	75
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	76
A. Kesimpulan	76
B. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN – LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kadar Tes Laboratorium Untuk Diagnosis DM	22
Tabel 2.2 Kadar Gula Darah Puasa dan Sewaktu Diagnosis DM	22
Tabel 2.3 Insulin yang tersedia di Indonesia	31
Tabel 2.4 Obat antidiabetes oral	36
Tabel 2.5 <i>Evidence Base Prattice</i> (EBP)	51
Tabel 3.1 Definisi Operasional	54
Table 4.1 Pemeriksaan gula darah sebelum dan sesudah senam kaki diabet ..	68



DAFTAR BAGAN

<i>Pathway</i>	28
----------------------	----

