

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN SENAM DIABETES PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DENGAN KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS WAINGAPU

*Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan*



MARCELLA FERGIANI KIHA

PO5303203211176

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAINGAPU**

2024

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN SENAM DIABETES PADA PASIEN DIABETES MELITUS
TIPE II DENGAN KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS WAINGAPU**

*Penelitian Ini Di Ajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan*

OLEH:

MARCELLA FERGIANI KIHA
PO.5303203211176

Telah Disetujui Untuk Diujikan di Depan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan Waingapu
Pada Tanggal 2024

PEMBIMBING


Umu Nggik Njakatara S. Kep, Ns, M. Kep.
NIP. 19800531 200501 1 010

MENGETAHUI
KETUA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAINGAPU


Maria Kareri Hara S. Kep, Ns, M. Kes.
NIP. 19670210 198903 2 001

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN SENAM DIABETES PADA PASIEN DIABETES MELITUS
TIPE II DENGAN KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS WAINGAPU**

DI SUSUN OLEH

MARCELLA FERGIANI KIHA
PO.5303203211176

Telah diuji dan dipertahankan di Hadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi Keperawatan Waingapu
Pada Tanggal, 2024

PENGUJI I

PENGUJI II



Ester Radandima S. Kep, Ns, M, Kep.
NIP. 19780504 200604 2 015



Umu Nggiku Njakatara S. Kep, Ns, M, Kep.
NIP. 19800531 200501 1 010

MENGETAHUI
KETUA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAINGAPU




Maria Kareri Hara, S. Kep.Ns., M. Kes
NIP. 19670210 198903 2 001

PERNYATAAN ORISINALITAS

Proposal Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil saya sendiri dan tidak dapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu Perguruan Tinggi. Semua sumber dan referensi baik yang dikutip atau dirujuk telah dinyatakan dengan benar.

Nama : Marcella Fergiani Kiha

Nim : PO5303203211176

Tanda Tangan : 

BIODATA PENULIS

Nama : Marcella Fergiani Kiha
Tempat Tanggal Lahir : Jombang, 16 April 2002
Agama : Kristen Protestan
Alamat : Payeti
Riwayat Pendidikan :

1. Tamat SD Bangsri 2014
2. Tamat SMP Negri 1 Plandaan 2017
3. Tamat SMA Negri Plandaan 2020
4. Mahasiswa Politeknik Kesehatan
Kemenkes Kupang Program Studi
Keperawatan Waingapu 2021 Sampai
Sekarang

Motto :

Aku tahu bahwa engkau sanggup melakukan segala sesuatu ,
dan tidak ada rencanamu yang gagal.

(Ayub 42:2).

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan Rahmat-Nya Penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini sesuai harapan dengan judul “Penerapan senam diabetes pada pasien diabetes melitus tipe II dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah di wilayah kerja puskesmas Waingapu”.

Penulis mengucapkan terima kasih se besar-besarnya kepada Bapak Umbu Nggiku Njakatara S.Kep.,Ns.,M.Kep. Dan ibu Ester Radandima S.Kep.,Ns.,M.Kep sebagai dosen pembimbing dan dosen penguji yang telah mendampingi dan memberikan arahan sehingga karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini juga banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu ijin penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak H. Irfan, SKM., MKes sebagai Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang, yang telah memberikan kesempatan kepada Penulis untuk menempuh pendidikan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan Waingapu.
2. Ibu Maria Kareri Hara,S.Kep,Ns.,M.Kes sebagai Ketua Program Studi Keperawatan Waingapu yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti perkuliahan di Prodi Keperawatan Waingapu.
3. Bapak Yohanis K. Maramba Hamu sebagai Kepala Desa Mbatakapidu yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian di Desa Mbatakapidu.

4. Kedua orangtua yang paling berjasa dalam hidup saya ayah Frengki Daniel Kiha dan mama Asmiryani serta adik saya tercinta Jelita Maharani Kiha , terimakasih atas kepercayaan yang telah diberikan kepada saya , serta cinta, doa , motivasi, semangat dan nasihat yang tidak ada hentinya diberikan kepada saya dalam penyusunan proposal ini.

5. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan namanya satu persatu yang telah membantu memberikan bantuan moral maupun material kepada Penulis dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

Penulis memohon maaf jika terdapat kesalahan dan kekurangan dalam laporan ini semoga laporan yang saya buat bermanfaat .Demikian yang dapat penulis sampaikan saya ucapkan terima kasih.

Waingapu,

2024

Penulis

ABSTRAK

Kementrian Kesehatan RI
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang
Program Studi Keperawatan Waingapu
Karya Tulis Ilmiah

PENERAPAN SENAM DIABETES PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DENGAN KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS WAINGAPU

Xi + 150 halaman + 9 tabel + 24 lampiran.

Pendahuluan: Hiperglikemia dan hipoglikemia merupakan salah satu masalah bagi penderita Diabetes Melitus (DM), saat penderita diabetes melitus mengalami hipoglikemia menyebabkan suplai oksigen menuju otak kurang (hipoksia) gejala yang muncul seperti keringat dingin, paltipasi (berdebar-debar), gemetar, merasa lapar, penglihatan kabur dan juga sakit kepala. Tujuan dari penelitian ini adalah menggambarkan penerapan senam diabetes pada pasien diabetes melitus tipe II dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah di wilayah kerja puskesmas Waingapu. **Metode:** Pendekatam penelitian ini menggunakan studi kasus. **Hasil:** hari pertama sampai ketiga di dapatkan hasil bahwa dengan melakukan edukasi latihan fisik dan senam diabetes kadar gula darah pasien turun, dan dengan melakukan edukasi kesehatan pada pasien di dapatkan bahwa keluarga lebih mengerti tentang penyakit DM. **Kesimpulan:** hasil pengkajian yang dilakukan serta analisa data didapatkan bahwa keluarga tidak mampu dalam merawat anggota keluarga yang sakit dan mengenal masalah penyakit DM. Diagnosa keperawatan yang muncul adalah ketidakstabilan kadar glukosa darah berhubungan dengan ketidakmampuan keluarga merawat anggota keluarga yang sakit dan manajemen kesehatan keluarga tidak efektif berhubungan dengan Ketidakmampuan keluarga mengenal masalah. Perencanaan tindakan keperawatan yang dilakukan pada partisipan sesuai dengan buku SIKI dan di sesuaikan juga dengan kondisi pasien dan keluarga, implementasi di lakukan 3 kali dalam 3 minggu tindakan yang dilakukan yaitu edukasi latihan fisik, penerapan senam kaki dan edukasi kesehatan. **Saran:** untuk puskesmas bisa menjadi umpan balik bagi perawat, Bagi institusi dapat menjadi tambahan informasi dan bahan perpustakaan, Kepada pasien dan keluarga diharapkan pasien dan keluarga mampu mandiri dalam mencegah, meningkatkan dan mempertahankan kesehatan bagi pasien dan keluarga .

Kata Kunci : Senam diabetes,DM tipe II, Kadar glukosa

Kepustakaan : 17 buah (2012-2021)

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Diagnosa Diabetes Melitus

Tabel 2.2 Kadar Gula Normal

Tabel 2.3 Intervensi keperawatan

Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian

Tabel 4.1 Komposisi Keluarga

Tabel 4.2 Riwayat Kesehatan Masing-Masing Keluarga

Tabel 4.3 Pemeriksaan Fisik

Tabel 4.4 Pemeriksaan Penunjang

Tabel 4.5 Analisa Data

DAFTAR ISTILAH

WHO : Helath Organization World

IDF :International Diabetes Federation

SDKI : Standar diagnose keperawatan Indonesia

SIKI : Standar intervensi keperawatan Indonesia

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	I
LEMBAR PENGESAHAN	II
PERNYATAAN ORISINALITAS	II
BIODATA PENULIS	IV
KATA PENGANTAR	V
ABSTRAK.....	VII
DAFTAR TABEL	VIII
DAFTAR ISTILAH.....	IX
DAFTAR ISI.....	X
BAB 1.....	1
1.1 LATAR BELAKANG	1
1.2 RUMUSAN MASALAH	3
1.3 TUJUAN PENELITIAN	3
1.4 MANFAAT PENELITIAN.....	4
BAB 2.....	6
2.1 Konsep Diabetes Melitus.....	6
2.2 konsep keluarga	17
2.3 Konsep Teori Asuhan Keperawatan.....	23
2.4 Konsep Senam Diabetes	36
BAB 3.....	43
3.1 Desain Penelitian	43
3.2 Populasi Dan Sampel.....	43
3.3 Fokus Studi.....	45
3.4 Definisi Operasional	45
3.5 Instrumen	50
3.6 Metode Pengumpulan Data	51
3.7 Langkah Pelaksanaan Studi Kasus.....	52
3.8 Lokasi Dan Waktu.....	53

3.9 Analisa Data	54
3.10 Etika Penelitian.....	55
BAB 4.....	57
4.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	57
4.2 Data Asuhan Keperawatan.....	58
4.3 Pembahasan	98
BAB 5.....	105
5.1Kesimpulan	105
5.2Saran.....	106
DAFTAR PUSTAKA	108