

KARYA TULIS ILMIAH

**“PENERAPAN IMPLEMENTASI SENAM KAKI PADA PASIEN
DIABETES MELITUS DENGAN KETIDAKSTABILAN KADAR
GLUKOSA DARAH DI RUANGAN KAPERNAUM DI RUMAH SAKIT
KRISTEN LINDIMARA“**

*Penelitian ini diajukan untuk memenuhi salah Satu
Persyaratan Menyelesaikan Pendidikan Diploma III
Keperawatan*



OLEH:

MUNING YUNUS DULWACHID
NIM.PO5303203221324

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA POLITEKNIK
KESEHATAN KEMENKES KUPANG PROGRAM STUDI
KEPERAWATAN WAINGAPU
TAHUN AJARAN 2025**

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muning Yunus Dulwachid
NIM : PO5303203221324
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : Penerapan Implementasi Senam Kaki Pada Pasien Diabetes Melitus Dengan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Di Ruangan Kapernaum Di Rumah Sakit Kristen Lindimara.

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa karya tulis ilmiah ini adalah hasil karya saya sendiri, dan bukan merupakan hasil plagiasi dari karya orang lain. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa karya tulis ini mengandung unsur plagiasi lebih dari 30% sebagaimana hasil pemeriksaan menggunakan perangkat pendeteksi plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Jurusan Keperawatan Waingapu.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan penuh tanggung jawab.

Waingapu, 2025

Yang menyatakan,



(Muning Yunus Dulwachid)

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muning Yunus Dulwachid
NIM : PO5303203221321
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : Penerapan Implementasi Senam Kaki Pada Pasien
Diabetes Melitus Dengan Ketidakstabilan Kadar
Glukosa Darah Di Ruangan Kapernaum Di Rumah
Sakit Kristen Lindimara.

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis ilmiah ini adalah murni hasil pemikiran, penelitian, dan analisis saya sendiri, bukan hasil jiplakan atau penyalinan dari karya orang lain tanpa mencantumkan sumber yang sesuai. Semua kutipan, data, atau informasi yang berasal dari sumber lain telah dituliskan sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang berlaku.

Saya juga menyatakan bahwa karya ini belum pernah diajukan untuk memenuhi tugas akhir atau karya ilmiah di institusi pendidikan lain. Apa bila di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia mempertanggungjawabkan sepenuhnya sesuai dengan peraturan akademik yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan penuh tanggung jawab.

Waingapu, 2025

Yang menyatakan,

A handwritten signature in black ink is written over a yellow rectangular stamp. The stamp features the Garuda Pancasila emblem, the text '1000', 'Rp', and 'METERAI TEMPEL'. Below the stamp, the alphanumeric code '49AMX429280693' is printed.

(Muning Yunus Dulwachid)

LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN IMPLEMENTASI SENAM KAKI PADA PASIEN
DIABETES MELITUS DENGAN KETIDAKSTABILAN KADAR
GLUKOSA DARAH DI RUANGAN KAPERNAUM DI RUMAH SAKIT
KRISTEN LINDIMARA

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

OLEH:
MUNING YUNUS DULWACHID
NIM.PO5303203221324

Telah Disetujui Untuk Diujikan Dihadapan Dewan Penguji Karya Tulis
Ilmiah Poltekkes Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan
Waingapu.
Pada Tanggal, 2 Juni 2025

PEMBIMBING:

MELKISEDEK LANDI, S.Kep.Ns., M.Med.Ed
NIP.197610311996031003

MENGETAHUI
KETUA PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN WAINGAPU


MARIA KARERI HARA, S.Kep.Ns., M.Kes
NIP. 19670210 1989032001

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN IMPLEMENTASI SENAM KAKI PADA PASIEN
DIABETES MELITUS DENGAN KETIDAKSTABILAN KADAR
GLUKOSA DARAH DI RUANGAN KAPERNAUM RUMAH SAKIT
KRISTEN LINDIMARA**

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

OLEH:

MUNING YUNUS DULWACHID

PO5303203221324

**Telah Diujikan Dan Dipertahankan Dihadapan Dewan
Penguji Karya Tulis Ilmiah Poltekkes Kemenkes Kupang
Program Studi Keperawatan Waingapu
Pada Tanggal 3 Juli 2025**

PENGUJI I



Umu Nggiku Njakatara, S.Kep.Ns., M.Kep
NIP.198005312005011010

PENGUJI II



Melkisedek Landi, S. Kep., Ns. M. Med.Ed
NIP. 197610311996031003

MENGETAHUI

KETUA PROGRAM STUDI DIH KEPERAWATAN WAINGAPU



Maria Kareri Hara, S.Kep.Ns., M.Kes
NIP. 19670210 1989032001

BIODATA PENULIS

Nama : Muning Yunus Dulwwachid

Tempat Tanggal Lahir : Tandairotu 12 Maret 2003

Agama : Kristen Protestan

Alamat : Jln.Sriwijaya,Kandara.

Riwayat Pendidikan :

1. Tamat SD Impres Palindi Mburung 2016
2. Tamat SMP Negeri 1 Waingapu 2018
3. Tamat SMA Negri 1 Waingapu 2021
4. Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes
Kupang Program Studi Keperawatan
Waingapu 2022 Sampai Sekarang

Motto

*Jangan berharap masalahmu akan di mudahkan, namun berharaplah kamu akan
menjadi orang yang lebih kuat.*

KATA PENGANTAR

Penulis mengucapkan puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas penyelesaian karya ilmiah ini sesuai dengan judul, "Implementasi Senam Kaki pada Penderita Diabetes Melitus dengan Kadar Glukosa Darah Tidak Stabil."

Dalam rangka penyusunan artikel ilmiah ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada pembimbing, Bapak Melki Sedek Landi, S.Kep.Ns, M, Med.Ed., atas bimbingan dan kontribusinya. Dosen penguji, Umbu Nggiku Njakatara S.Kep., Ns. M.Kep, juga menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya atas bimbingan dan kontribusinya selama penulisan karya ilmiah ini. Penulis juga mengakui bahwa dalam penyusunan artikel ilmiah ini, banyak bantuan yang telah diberikan. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Penulis diberi kesempatan untuk mendaftar di Program Studi Keperawatan di Kementerian Kesehatan, Politeknik Kesehatan Kupang, Waingapu oleh Bapak H. Irfan, SKM, MKes, Direktur Politeknik Kesehatan di sana.
2. Penulis diberi kesempatan untuk mengikuti perkuliahan di Program Studi Keperawatan di Waingapu oleh Ibu Maria Kareri Hara, S. Kep, Ns, M. Kes, yang merupakan ketua program studi.
3. Orang tua dan saudara-saudara saya tercinta, yang senantiasa mendoakan dan memberikan dukungan materiil, moral, dan spiritual selama proses penulisan karya ilmiah ini.
4. Seluruh mahasiswa angkatan 3C 2022 yang telah membantu saya dalam penyusunan artikel ilmiah ini, baik berupa bantuan materiil, spiritual, maupun moral.

5. Seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian karya ilmiah ini, baik secara finansial maupun moral, namun tidak dapat saya sebutkan satu per satu.

Agar karya ilmiah ini lebih bernilai bagi kemajuan ilmu keperawatan, penulis sangat menghargai masukan dan rekomendasi karena menyadari masih banyak kekurangannya.

Waingapu, 3 Juli 2025

Muning Yunus Dulwachid

DAFTAR ISI

KARYA TULIS ILMIAH.....	I
PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	II
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	III
LEMBAR PERSETUJUAN	IV
LEMBAR PENGESAHAN	VI
KATA PENGANTAR.....	VII
DAFTAR ISI.....	IX
DAFTAR TABEL.....	XII
DAFTAR GAMBAR	XIII
DAFTAR SINGKATAN.....	XIV
DAFTAR LAMPIRAN	XV
ABSTRAK	XVI
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 LATAR BELAKANG	1
1.2 RUMUSAN MASALAH	3
1.3 TUJUAN.....	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 MANFAAT PENELITIAN	4
1.3.1 Manfaat Praktis	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 KONSEP DASAR TEORI DIABETES MELLITUS.....	7
2.1.1 Pengertian	7
2.1.2 Klasifikasi Diabetes Militus	7
2.1.3 Etiologi.....	10
2.1.4 Manifestasi Klinik.....	11

2.1.5 Patofisiologi	12
2.1.6 Pathway.....	15
2.1.7 Komplikasi.....	16
2.1.8 Pemeriksaan Penunjang	16
2.1.9 Penatalaksanaan Medis	17
2.2 KONSEP TEORI SENAM KAKI.....	19
2.2.1 Defenisi senam kaki	19
2.2.2 Tujuan Senam Kaki Diabetes Melitus.....	19
2.2.3 Indikasi.....	20
2.2.4 Kontra indikasi.....	20
2.2.5 Mekanisme senam kaki dalam menurunkan kadar gula darah.....	20
2.2.6 Cara Mengukur Keberhasilan Senam Kaki	21
2.3 PROSES KEPERAWATAN DIABETES MELITUS	21
2.3.1 Pengkajian.....	21
2.3.2 Diagnosa Keperawatan	25
2.3.3 Perencanaan Keperawatan	27
2.3.4 Implementasi Keperawatan	31
2.3.5 Evaluasi Keperawatan.....	31
BAB 3 METODE STUDI KASUS.....	33
3.1 PENDEKATAN PENELITIAN	33
3.2 SUBJEK STUDI KASUS	33
3.3 FOKUS STUDI	34
3.4 DEFINISI OPERASIONAL	34
3.5 INSTRUMEN	35
3.6 METODE PENGUMPULAN DATA	35
3.7 LANGKAH PELAKSANAAN STUDI KASUS	36
3.8 LOKASI DAN WAKTU	37
3.9 ANALISA DATA	37
3.10 PENYAJIAN DATA	38
3.11 ETIKA PENELITIAN	39
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40

4.1 GAMBARAN LOKASI	40
4.2 PENGKAJIAN KEPERAWATAN	41
4.2.1 Identitas klien dan penanggung jawab	41
4.2.2 Riwayat Kesehatan	42
4.2.3 Genogram (Bagan 3 Turunan Dan Keterangan).....	43
4.2.4 Pola Fungsi Kesehatan	44
4.2.5 Pemeriksaan Fisik	48
4.2.6 Pemeriksaan Penunjang	49
4.2.7 Terapi obat	50
4.2.9 Analisa Data	52
4.2.10 Diagnosa Keperawatan	52
4.2.11 Intervensi Kperawatan.....	53
4.2.12 Implementasi Keperawatan	54
4.2.13 Evaluasi Keperawatan.....	62
4.3 PEMBAHASAN	64
4.3.1 Diagnosa keperawatan	65
4.3.2 Intervensi Keperawatan.....	67
4.3.3 Implementasi keperawatan.....	67
4.3.4 Evaluasi keperawatan	68
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	69
5.1 KESIMPULAN	69
5.2 SARAN.....	70
5.2.1 Bagi Peneliti.....	70
5.2.2 Bagi Rumah Sakit.....	70
5.2.3 Bagi pasien.....	70
5.2.4 Bagi Masyarakat	70
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN.....	73

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Cara Mengukur Keberhasilan Senam Kaki	21
Tabel 2. Perencanaan Keperawatan	27
Tabel 3. Definisi Operasional	34
Tabel 4. Pemeriksaan Fisik.....	48
Tabel 5. Pemeriksaan Penunjang	49
Tabel 6. Terapi Obat	50
Tabel 7. Klasifikasi Data	51
Tabel 8. Analisa Data	52
Tabel 9. Intervensi Keperawat	53
Tabel 10. Implementasi keperawatan Padapasien Tn.T Hari ke-1 ..	54
Tabel 11. Implementasi keperawatan Pada pasien Tn.T Hari ke-2.	56
Tabel 12. Implementasi keperawatan Pada pasien Tn.T Hari ke-3 .	59
Tabel 13. Evaluasi keperawatan Pada pasien Tn.T Hari ke-1	62
Tabel 14. Evaluasi keperawatan Pada pasien Tn.T Hari ke-2	63
Tabel 15. Evaluasi Keperawatan Pada pasien Tn.T Hari ke-3	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Pathway	15
Gambar 2. Genogram.....	43

DAFTAR SINGKATAN

DM	Diabetes Melitus
WHO	World health organization
GDS	Gula darah sewaktu
IDF	Internasional Diabetes Federation
PPNI	Persatuan perawat Nasional Indonesia
NTT	Nusa Tenggara Timur
SDKI	Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia
SLKI	Standar luaran keperawatan Indonesia
SIKI	Standar intervensi keperawatan Indonesia
Kemenkes RI	Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Permohonan Pengambilan Data Awal
- Lampiran 2. Surat Pemohonan Responden
- Lampiran 3. Surat Persetujuan menjadi responden
- Lampiran 4. Surat Keaslian Penelitian
- Lampiran 5. Surat bebas plagiat
- Lampiran 6. Undangan ujian proposal
- Lampiran 7. Undangan ujian KTI
- Lampiran 8. Berita Acara ujian proposal
- Lampiran 9. Daftar hadir ujian proposal
- Lampiran 10. Berita acara ujian KTI
- Lampiran 11. Daftar hadir ujian KTI
- Lampiran 12. Lembar konsultasi proposal
- Lampiran 13. Lembar konsultasi KTI
- Lampiran 14. SOAP senam kaki SOP Terapi Senam Kaki
- Lampiran 15. Format KMB
- Lampiran 16. Dokumentasi

ABSTRAK

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

MUNING YUNUS DULWACHID

“PENERAPAN IMPLEMENTASI SENAM KAKI PADA PASIEN DIABETES MELITUS DENGAN KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH”

Latar Belakang: Karena diabetes melitus (DM) dapat menyebabkan sejumlah masalah kesehatan lain dan insidennya diperkirakan akan terus meningkat di masa mendatang, DM telah menjadi masalah kesehatan masyarakat. Salah satu gejala utama diabetes melitus, suatu penyakit atau gangguan metabolisme kronis yang disebabkan oleh berbagai kondisi, adalah peningkatan gula darah. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang terbukti efektif dalam menurunkan gula darah, melancarkan sirkulasi darah, dan memperkuat otot adalah latihan kaki. **Tujuan:** mampu memberikan latihan kaki kepada pasien diabetes di Rumah Sakit Kristen Lindimara yang memiliki kadar gula darah berfluktuasi. **Metode:** Dengan menggunakan pendekatan studi kasus, penelitian ini difokuskan pada seorang pasien diabetes yang kadar glukosa darahnya berfluktuasi. Penilaian dan evaluasi merupakan langkah awal dalam proses keperawatan, dilanjutkan dengan terapi latihan kaki selama tiga hari. **Hasil:** Kadar glukosa darah dan kondisi klinis pasien membaik setelah penerapan latihan kaki. Penilaian menunjukkan bahwa intervensi latihan kaki merupakan cara yang efektif untuk mengatasi "ketidakstabilan glukosa darah", salah satu perawatan utama. **Kesimpulan:** Latihan kaki dapat digunakan sebagai terapi tambahan untuk membantu penderita diabetes mengendalikan kadar glukosa darahnya secara efisien. Bagi pasien diabetes melitus, intervensi ini dapat menjadi komponen praktik keperawatan yang komprehensif.

Kata kunci: Diabetes Melitus, Senam Kaki, Glukosa Darah, Studi Kasus