

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN SENAM KAKI PADA PASIEN DIABETES MELITUS
DENGAN KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS KATAKA

*Penelitian ini diajukan untuk memenuhi salah satu Persyaratan Menyelesaikan
Pendidikan Diploma DIII Keperawatan*



OLEH:
RAMBU TENGA LUNGA
PO5303203221333

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

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rambu Tenga Lunga
NIM : PO5303203221333
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : Penerapan Senam Kaki Pada Pasien Diabetes
Militus Dengan Ketidakstabilan Kadar Glukosa
Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Kataka

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 mempertanggung jawabkan sepenuhnya sesuai dengan peraturan akademik yang berlaku.

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

Waingapu, 09 April 2025

Yang menyatakan,



(Rambu Tenga Lunga)

PERNYATAAN ORSINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rambu Tenga Lunga
NIM : PO5303203221333
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : Penerapan Senam Kaki Pada Pasien Diabetes
Militus Dengan Ketidakstabilan Kadar Glukosa
Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Kataka

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, 09 April 2025

Yang menyatakan,



(Rambu Tenga Lunga)

LEMBAR PERSETUJUAN

**KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN SENAM KAKI PADA PASIEN DIABETES MELITUS
DENGAN KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS KATAKA**

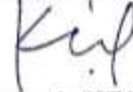
*Karya Tulis Ilmiah Ini Di Ajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan*

OLEH

RAMBU TENGA LUNGA
PO.5303203221333

Telah Di Setujui untuk Di Ujikan Di Depan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan Waingapu

PEMBIMBING



Kartini Pekabanda.SST.M.Kes
NIP.19830442122006042015

MENGETAHUI

KETUA PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN WAINGAPU



Maria Kareri Hara,S.Kep.,Ns.M.Kes
NIP.19670210 198903 2001

LEMBAR PENGESAHAN

**KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN SENAM KAKI PADA PASIEN DIABETES MILITUS
DENGAN KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS KATAKA**

DI SUSUN OLEH:

RAMBU TENGA LUNGA
PO.5303203221333

Telah Di Uji Dan Di Pertahankan Di Depan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi Keperawatan Waingapu

Penguji 1



Umu Putal Abselian S.Kep.Ns.,M.Tr.Kep
NIP.19670210 198903 2001

Penguji 2



Kartini Pekabanda,SST,M.Kes
NIP.1983042122006042015

**KETUA PROGRAM STUDI DIII
KEPERAWATAN WAINGAPU**



Maria Kareci Hara,S.Kep.Ns,M.Kes
NIP.1967210 198903 2001

ABSTRAK

Kementrian Kasehatan RI

Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Prongram Studi Keperawatan Waingapu

Laporan Studi Kasus 05 juni 2025

PENERAPAN SENAM KAKI PADA PASIEN DIABETES MELITUS DENGAN MASALAH KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KATAKA

Pendahuluan: Diabetes melitus merupakan kejadian dimana fungsi pankreas dalam memproduksi hormon insulin terganggu, atau sel-sel tubuh tidak mampu memanfaatkan insulin yang telah dihasilkan oleh pankreas dengan efektif. Insulin sendiri adalah hormon yang berperan penting dalam mengatur keseimbangan kadar gula dalam darah. **Tujuan:** Untuk melakukan asuhan keperawatan dengan menggunakan terapi senam kaki pada pasien Diabetes Melitus. **Metode:** Pendekatan penelitian ini menggunakan studikasus. Studi kasus, yang menjadi penelitian ini adalah di gunakan untuk mengeksplorasi masalah Penerapan Senam Kaki Pada Pasien Diabetes Melitus Dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah. **Hasil:** Mengacu pada intervensi dan implementasi dari hasil evaluasi, di temukan pada pasien memiliki diagnosa keperawatan utama yaitu, Ketidakstabilan kadar glukosa darah Berhubungan Dengan Resistensi Insulin. defisit nutrisi berhubungan dengan peningkatan kebutuhan metabolisme. Pada evaluasi ini teratasi pada hari ketiga selama perawatan. **Kesimpulan:** Manajemen Senam Kaki yang dilakukan selama 5 hari dapat menurunkan kadar glukosa darah. **Saran:** Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan tambahan pasien dan keluarga, sehingga dapat lebih mengetahui tentang penyakit DM dan dapat melakukan intervensi dan edukasi diet dan manajemen nutrisi secara mandiri di rumah.

Kata kunci: DM Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah, Senam Kaki

BIODATA PENULIS

Nama : Rambu tenga lunga Tempat Tanggal Lahir : kataka 17 juli
2001 Agama : Kristen protestan
Alamat : Desa kataka
Riwayat Pendidikan :
1. Tamat SD Nengri Kataka 2013
2. Tamat SMP Kataka 2017
3. Tamat SMA PGRI Waingapu 2020
4. Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi
Keperawatan Waingapu 2022

Moto:

**” Lelah Boleh, Menyerah Jangan, Kompeten
Sudah Menunggumu Di Garis Akhir“**

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Penerapan Senam Kaki Pada Pasien Diabetes Militus Dengan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Kataka” Tujuan penulis Karya Tulis Ilmiah ini adalah untuk memenuhi salah satu persyaratan menyelesaikan studi Diploma III di Prongram Studi Keperawatan Waingapu.

Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan tulus kepada pembimbing ibu Kartini Pekabanda, SST, M. Kes selaku dosen pembimbing yang telah membimbing dan memberikan masukan kepada penulis serta telah meluangkan waktu sehingga karya tulis ilmiah dapat diselesaikan. Penulis juga mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada penguji bapak Umbu Putal Abselian S.Kep.Ns.,M.Tr.Kep sebagai penguji Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan masukan dan meluangkan waktu sehingga karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan dengan baik. Penulis juga menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini banyak mendapat masukan dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan limpah terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Irfan, SKM, M. Kes sebagi direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti perkuliahan di Prongram Studi Keperawatan Waingapu.
2. Ibu Maria Kareri Hara, S. Kep, NS., M. Kes sebagai ketua Program Studi Keperawat Waingapu yang telah memberikan kesempatan kepada penulis

untuk mengikuti perkuliahan di Program Studi Keperawatan Waingapu.

3. Bapak Timotius Tunggu Takajanji, A.Md. Kep sebagai kepala puskesmas kataka yang sudah mengijinkan penulis untuk melakukan penelitian di Puskesmas Kataka.
4. Bapak dan ibu dosen yang telah memberikan penulis dengan pengetahuan selama dibangku perkuliahan.
5. Kedua orang tua, kakak, adik, keluarga, teman-temanku yang telah memberikan dukungan motivasi maupun spiritual, doa, materi dan moral kepada penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Teman-teman seangkatan, khususnya buat konda, putri, rambu, vita, dan tingkat III-C yang telah membantu, mendukung dan memberikan semangat kepada penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah penelitian ini.
7. Semua pihak yang penulis tidak sebutkan namanya satu persatu yang telah membantu, mendukung dan memberikan bantuan moral maupun materi kepada penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi kita semua demi menunjang kemajuan di bidang Keperawatan.

Waingapu, 3 Juni 2025

penulis

“RAMBU TENGA LUNGA”

DAFTAR ISI

KARYA TULIS ILMIAH	i
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	ii
PERNYATAAN ORSINALITAS	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	v
KETUA PROGRAM STUDI DIII.....	iii
KEPERAWATAN WAINGAPU	vii
ABSTRAK.....	v
BIODATA PENULIS.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN.....	xvi
BAB I 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	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Secara Teoritis.....	7
1.4.2 Secara Praktis	8
1.5 Keaslian penelitian	9
BAB 2 PEMBAHASAN	11
2.1 Konsep Diabetes Melitus	11
2.1.1 Pengertian Diabetes Melitus	11
2.1.2 Klasifikasi.....	12
2.1.3 Etiologi	13

2.1.4 Klasifikasi.....	15
2.1.5 Patofisiologi	16
2.1.6 Pathway	19
2.1.7 Manifestasi Klinis.....	20
2.1.8 Pemeriksaan penunjang	20
2.1.9 Penatalaksanaan medis	21
2.1.10 Komplikasi.....	23
2.2 Konsep keluarga.....	24
2.2.1 Pengertian keluarga.....	24
2.2.2 Bentuk Keluarga	24
2.2.3 Fungsi Keluarga	25
2.2.4 Peran perawat keluarga.....	26
2.3 Konsep Senam Kaki.....	28
2.3.1 Pengertian Senam Kaki.....	28
2.3.2 Tujuan senam kaki	28
2.3.3 Manfaat Senam kaki Diabetes Melitus.....	29
2.4 Konsep Kadar glukosa darah	29
2.4.1 Pengertian Gula Darah.....	29
2.4.2 Kepatuhan monitoring kadar glukosa darah	29
2.5 Konsep dasar asuhan keperawatan keluarga	31
2.5.1 Pengkajian keperawatan	31
2.5.2 Pemeriksaan fisik	32
2.5.3 Pemeriksaan penunjang	34
2.5.4 Diagnosa keperawatan	35
2.5.5 Intervensi keperawatan	36
2.5.6 Implementasi keperawatan	37
2.5.7 Evaluasi keperawatan.....	39
BAB 3 METODE STUDI KASUS	40
3.1 Desain Penelitian.....	40
3.2 Subjek Penelitian	40
3.3 Studi Kasus.....	41
3.4 Defenisi Operasional.....	41

3.5	Instrumen studi kasus.....	42
3.6	Metode Pengumpulan Data	43
3.7	Langkah Pelaksanaan Status Kasus.....	45
3.8	Lokasi Dan Waktu	46
3.9	Analisa Data	46
3.10	Etika Studi Kasus	47
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN		48
4.1	Gambaran Dan Lokasi Penelitian.....	48
4.1.1	Puskesmas Kataka.....	48
4.1.2	Desa Kataka.....	49
4.1.3	Data Asuhan Keperawatan Keluarga	49
4.1.4	PENGKAJIAN LINGKUNGAN	51
4.1.5	STRUKTUR KELUARGA.....	53
4.1.6	FUNGSI KELUARGA.....	53
4.1.7	STRESS DAN KOPING KELUARGA.....	54
4.2	Pembahasan.....	71
4.2.1	Pengkajian	71
4.2.2	Diagnosa Keperawatan	73
4.2.3	Intervensi Keperawatan	74
4.2.4	Implementasi Keperawatan	76
4.2.5	Evaluasi Keperawatan.....	83
BAB 5 PENUTUP		86
5.1	Kesimpulan.....	86
5.2	Saran.....	87
DAFTAR PUSTAKA.....		89
LAMPIRAN.....		92

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Table 1.1 Keaslian Penelitian	9
Tabel 2. 1 Pemeriksaan Gula Darah.....	30
Tabel 2. 2 Intervensi keperawatan pada pasien diabetes militus.....	36
Tabel 3 1 Defenisi Operasional.....	42
Tabel 4. 1 Identitas Umum.....	49
Tabel 4. 2 Komposisi keluarga	49
Tabel 4. 3 Riwayat Kesehatan Masing-Masing Anggota Keluarga.....	51
Tabel 4. 4 Pemeriksaan Fisik	55
Tabel 4. 5 Analisa Data.....	60
Tabel 4. 6 Diagnosis Keperawatan	61
Tabel 4. 7 Diagnosa Keperwatan	61
Tabel 4. 8 Prioritas Diagnosa Keperawatan.....	61
Tabel 4. 9 Intervensi Keperawatan	62
Tabel 4. 10 Implementasi Dan Evaluasi Keperawatan hari ke-1	65
Tabel 4. 11 Tabel 4. 10 Implementasi Dan Evaluasi Keperawatan hari ke-2	67
Tabel 4. 12 Tabel 4. 10 Implementasi Dan Evaluasi Keperawatan hari ke-3	69

DAFTAR GAMBAR

(Rahman, 2016) Gambar 2. 1 Pathway	19
Gambar 3. 1 Langkah Pelaksanaan Status Kasus.....	45
Gambar 4. 1 Genogram.....	50
Gambar 4. 2 Denah Rumah.....	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Pengambilan Data Awal.....	92
Lampiran 2 Surat Permohonan Menjadi Responden	93
Lampiran 3 Surat Persetujuan Menjadi Responden.....	94
Lampiran 4 Keaslian Penelitian.....	95
Lampiran 5 Surat Bebas Plagiasi	96
Lampiran 6 Surat Undangan Ujian Proposal	97
Lampiran 7 Surat Undagan Ujian KTI.....	98
Lampiran 8 Berita Acara Ujuan Proposal	99
Lampiran 9 Daftar Hadir Ujian Proposal	100
Lampiran 10 Berita Acara Ujian KTI	101
Lampiran 11 Daftar Hadir Ujian KTI	102
Lampiran 12 Lembar Konsul Proposal	103
Lampiran 13 Lembar Konsul KTI	104
Lampiran 14 SOP.....	105
Lampiran 15 Format Askep	109
<i>Lampiran 16 Dokumentasi</i>	116

DAFTAR SINGKATAN

RI	Republik Indonesia
RT	Rukun Tetangga
RW	Rukun Warga
WHO	World Health Organization
IDF	International Diabetes Federation
KEMENKES	Kementerian Kesehatan
DEPKES	Departemen Kesehatan
PERKENIN	Perkumpulan Endokrinologi Indonesia NTT Nusa Tenggara Timur
DM	Diabetes Melitus
SDKI	Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia
SLKI	Standar Luaran Keperawatan Indonesia
SIKI	Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
GDS	Gula darah sewaktu
GDP	Gula darah puasa
IMT	Indeks masa tubuh
PTM	Penyakit Tidak Menular
BB	Berat badan
TB	Tinggi badan
GCS	Gaslow coma scale