



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DIABETES MELITUS DENGAN
PENERAPAN LATIHAN FISIK (*WALKING EXERCISE*) TERHADAP
MASALAH KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH
DI UPT. PUSKESMAS SINGKAWANG SELATAN II**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)

**OLEH :
RIYANDIKA
NIM. 891221042**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
YAYASAN RUMAH SAKIT ISLAM (YARSI) PONTIANAK**

2023



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DIABETES MELITUS DENGAN
PENERAPAN LATIHAN FISIK (*WALKING EXERCISE*) TERHADAP
MASALAH KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH
DI UPT. PUSKESMAS SINGKAWANG SELATAN II**

KIAN

**Diajukan sebagai persyaratan untuk
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners**

**OLEH :
RIYANDIKA
NIM. 891221042**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
YAYASAN RUMAH SAKIT ISLAM (YARSI) PONTIANAK
2023**

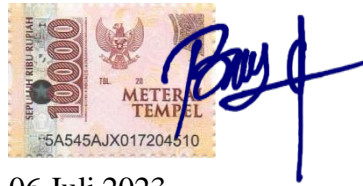
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Riyandika

NIM : 891221042

Tanda Tangan :



Tanggal : 06 Juli 2023

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diajukan oleh :

Nama : Riyandika

NIM : 891221042

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI
Pontianak

Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus
Dengan Penerapan Latihan Fisik (*Walking Exercise*)
Terhadap Masalah Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Di
UPT. Puskesmas Singkawang Selatan II

Untuk dipertahankan dihadapan Dewan Penguji sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI Pontianak.

PEMBIMBING



Ns. Defa Arisandi, MSN, Ph.D
NIDN. 1123078701

Diajukan di : Pontianak

Tanggal : 06 Juli 2023

LEMBAR PENGESAHAN

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DIABETES MELITUS DENGAN
PENERAPAN LATIHAN FISIK (*WALKING EXERCISE*) TERHADAP
MASALAH KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH
DI UPT. PUSKESMAS SINGKAWANG SELATAN II**

Disusun oleh :

**RIYANDIKA
NIM. 891221042**

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal 12 Juli 2023

Penguji I

Penguji II

Ns. UTI RUSDIAN HIDAYAT, M.Kep
NIDN. 1123058801

Ns. NURUL JAMIL, M.Kep
NIDN. 1129089101

Penguji III

Ns. DEFA ARISANDI, MSN, Ph.D
NIDN. 1123078701

KIAN ini telah diterima sebagai salah satu syarat
untuk mendapatkan gelar Ners (Ns.)

Mengetahui
Pontianak, 12 Juli 2023

Ketua
STIKes YARSI Pontianak

Ketua Program Studi
Pendidikan Profesi Ners

Ns. UTI RUSDIAN HIDAYAT, M.Kep
NIDN. 1123058801

Ns. NURPRATIWI, M.Kep
NIDN. 1110118703

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kehadiran Allah SWT, atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan judul "Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus Dengan Penerapan Latihan Fisik (*Walking Exercise*) Terhadap Masalah Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Di UPT. Puskesmas Singkawang Selatan II Tahun 2023".

Penulisan KIAN ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan untuk menyelesaikan Program Studi Pendidikan Profesi Ners di STIKes Yarsi Pontianak. Dalam penulisan KIAN ini, penulis telah mendapatkan banyak bantuan, bimbingan, dorongan, motivasi dan masukan dari berbagai pihak. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tanpa dukungan dan bantuan dari semua pihak, penulisan KIAN ini tidak akan terwujud.

Ucapan terima kasih yang tak terhingga penulis sampaikan kepada keluarga tercinta yang telah memberikan dukungan dan perhatiannya selama penulisan KIAN ini hingga dapat terselesaikan dengan baik. Dengan terselesaikannya penulisan KIAN ini, perkenankan pula penulis untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Ns. Utu Rusdian Hidayat, M.Kep, selaku Ketua STIKes Yarsi Pontianak sekaligus Dosen Penguji I dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
2. Bapak dr. Alexander, Sp.PD, selaku Kepala Dinas Kesehatan Kota Singkawang yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di wilayah Kota Singkawang.
3. Ibu Ningsih Handayani, SKM, selaku Kepala UPT. Puskesmas Singkawang Selatan II yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di wilayah kerja Puskesmas.
4. Ibu Ns. Nurpratiwi, M.Kep, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners STIKes Yarsi Pontianak.
5. Bapak Ns. Defa Arisandi, MSN, Ph.D, selaku Dosen Pembimbing yang telah banyak membantu dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

6. Bapak Ns. Nurul Jamil, M.Kep, selaku Dosen Penguji II dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
7. Seluruh Dosen beserta staf di STIKes Yarsi Pontianak.
8. Rekan-rekan seangkatan dan seperjuangan serta semua pihak yang telah memberikan masukan dan dukungan dalam penyelesaian KIAN ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan KIAN ini masih memiliki banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan penulisan KIAN ini. Semoga KIAN ini dapat bermanfaat bagi mahasiswa/i STIKes Yarsi Pontianak dalam meningkatkan mutu pelayanan kesehatan.

Pontianak, 06 Juli 2023

Penulis

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik STIKes YARSI Pontianak, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Riyandika
NIM : 891221042
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI Pontianak
Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIKes YARSI Pontianak **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DIABETES MELITUS DENGAN PENERAPAN LATIHAN FISIK (*WALKING EXERCISE*) TERHADAP MASALAH KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH DI UPT. PUSKESMAS SINGKAWANG SELATAN II.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini STIKes YARSI Pontianak berhak menyimpan, mengalihmedia/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.

Dibuat di : Pontianak
Tanggal : 06 Juli 2023

Yang Menyatakan


Riyandika

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DIABETES MELITUS DENGAN
PENERAPAN LATIHAN FISIK (*WALKING EXERCISE*) TERHADAP
MASALAH KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH
DI UPT. PUSKESMAS SINGKAWANG SELATAN II**

Riyandika¹⁾ Defa Arisandi²⁾

Mahasiswa STIKes Yarsi Pontianak¹⁾ Dosen STIKes Yarsi Pontianak²⁾

dikariyan94@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang. Diabetes melitus (DM) didefinisikan sebagai suatu penyakit atau gangguan metabolisme kronis dengan multi etiologi yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah disertai dengan gangguan metabolisme karbohidrat, lipid dan protein sebagai akibat insufisiensi fungsi insulin. Penatalaksanaan DM dilakukan dengan edukasi, terapi nutrisi medis, latihan fisik dan terapi farmakologis. Latihan aktifitas fisik pada pasien DM berperan dalam pengaturan kadar glukosa darah. Aktivitas fisik akan meningkatkan pemakaian glukosa oleh otot yang aktif sehingga dapat menurunkan glukosa darah. Salah satu jenis aktivitas fisik yang dapat digunakan dengan mudah dan praktis adalah latihan jasmani dengan jalan kaki (*walking exercise*). *Walking exercise* merupakan suatu gerakan berjalan dengan mengayunkan tangan sesuai irama jalan, gerakan bebas dari seluruh tubuh sebagai tanda dan berfungsinya pergerakan dan merangsang fungsi berbagai organ dan sistem tubuh.

Tujuan. Melaksanakan asuhan keperawatan pada pasien diabetes melitus dengan penerapan latihan fisik (*walking exercise*) terhadap masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah di UPT. Puskesmas Singkawang Selatan II.

Metode. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus asuhan keperawatan dengan penerapan latihan fisik (*walking exercise*).

Hasil. Berdasarkan analisis terhadap intervensi yang telah dilakukan menunjukkan bahwa latihan fisik (*walking exercise*) efektif untuk mengontrol kestabilan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus.

Kesimpulan. Berdasarkan analisis terhadap intervensi yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa latihan fisik (*walking exercise*) efektif dalam menstabilkan kadar glukosa darah. Pengaplikasian ini juga dapat dilakukan secara mandiri.

Kata Kunci : Diabetes Melitus, Latihan Fisik, Kadar Glukosa Darah

**ANALYSIS OF NURSING CARE IN PATIENTS WITH DIABETES MELLITUS WITH
THE APPLICATION OF PHYSICAL EXERCISE (WALKING EXERCISE)
TO THE INSTABILITY OF BLOOD GLUCOSE LEVELS
AT UPT. PUSKESMAS SINGKAWANG SELATAN II**

Riyandika¹⁾ Defa Arisandi²⁾

Student of STIKes Yarsi Pontianak¹⁾ Lecturer of STIKes Yarsi Pontianak²⁾

dikariyan94@gmail.com

ABSTRACT

Background. Diabetes mellitus is a chronic metabolic disorder with multiple etiologies that is characterized by high blood sugar levels and followed by metabolic disorders of carbohydrates, lipids and proteins as a result of insulin function insufficiency. Management of diabetes mellitus is provided by education, medical nutrition therapy, physical exercise and pharmacological therapy. Physical activity training in patients with diabetes mellitus affects the regulation of blood glucose levels. Physical activity will increase the use of glucose by active muscles so that it can reduce blood glucose. One type of physical activity that can be used easily and practically is walking exercise. Walking exercise is a walking movement by swinging hands according to steps, free movement of the whole body as a sign of functioning movement and stimulating the function of various organs and body systems.

Purpose. Implementing of nursing care for patients with diabetes mellitus with the application of physical exercise (walking exercise) to instability of blood glucose levels at UPT. Puskesmas Singkawang Selatan II.

Method. This study uses a case study method with the application of physical exercise (walking exercise).

Results. Based on the analysis of the interventions that have been implemented, it shows that physical exercise (walking exercise) is effective for controlling the stability of blood glucose levels in patients with diabetes mellitus.

Conclusion. Based on the analysis of the interventions that have been implemented, it is concluded that physical exercise (walking exercise) is effective in stabilizing blood glucose levels. Physical exercise (walking exercise) can also be done independently by patients.

Keywords : Diabetes Mellitus, Physical Exercise, Blood Glucose Levels.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KIAN	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Tujuan Penelitian.....	6
E. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Dasar Diabetes Melitus	8
1. Pengertian.....	8
2. Etiologi.....	8
3. Klasifikasi	12
4. Pathway.....	14
5. Patofisiologi.....	15
6. Manifestasi Klinis	16
7. Komplikasi	17
8. Pemeriksaan Penunjang	18
9. Penatalaksanaan Diabetes Melitus	19
B. Konsep Dasar <i>Walking Exercise</i>	25
1. Pengertian <i>Walking Exercise</i>	25
2. Manfaat <i>Walking Exercise</i>	25
3. Peran <i>Walking Exercise</i> Bagi Penderita DM Tipe 2.....	26
4. Indikasi <i>Walking Exercise</i>	27
5. Porsi Latihan <i>Walking Exercise</i>	27
6. Standar Operasional Prosedur <i>Walking Exercise</i>	28
C. Konsep Dasar Asuhan Keperawatan Diabetes Melitus	30
1. Pengkajian	30
2. Diagnosis Keperawatan	35
3. Rencana Tindakan Keperawatan	36
4. Implementasi Keperawatan.....	41
5. Evaluasi Keperawatan	41

BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA	
A. Pengkajian.....	42
B. Status Kesehatan	43
C. Pengkajian Pola Fungsi dan Pemeriksaan Fisik.....	44
D. Data Penunjang	56
E. Analisa Data.....	57
F. Diagnosis Keperawatan	57
G. Rencana Tindakan Keperawatan.....	58
H. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan.....	61
BAB IV PEMBAHASAN	
A. Analisis Proses Keperawatan Dengan Konsep Teori Dan Kasus Terkait.....	71
B. Analisis Penerapan Intervensi Berdasarkan <i>Evidence Based Nursing Practice</i>	77
C. Alternatif Pemecahan Masalah Atau Solusi Yang Dapat Dilakukan.....	80
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	81
B. Saran.....	82
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Standar Operasional Prosedur <i>Wakling Exercise</i>	28
Tabel 2.2 Rencana Tindakan Keperawatan	36
Tabel 3.1 Analisa Data	57
Tabel 3.2 Rencana Tindakan Keperawatan	58
Tabel 3.3 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Pathway Diabetes Melitus	14
------------	--------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	:	Surat Permohonan Izin Pengambilan Data
Lampiran 2	:	Surat Persetujuan Pengambilan Data
Lampiran 3	:	Surat Permohonan Izin Penelitian
Lampiran 4	:	Surat Persetujuan Penelitian
Lampiran 5	:	Lembar Penjelasan Penelitian
Lampiran 6	:	Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 7	:	Data Hasil Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu
Lampiran 8	:	Satuan Acara Penyuluhan (SAP)
Lampiran 9	:	SOP Latihan Fisik (<i>Walking Exercise</i>)
Lampiran 10	:	Lembar Konsultasi
Lampiran 11	:	Artikel Terkait Kasus Penelitian