



**PENERAPAN INTERVENSI SENAM KAKI DIABETES UNTUK
MENURUNKAN KADAR GLUKOSA DARAH SEWAKTU
PADA NY. S DI PANTI WREDA YAYASAN NITIZEN
CINTA SINGKAWANG**

KIA

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

OLEH:

YULLIPREHATIWI

NIM. 891243043

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN YAYASAN
RUMAH SAKIT ISLAM (YARSI) PONTIANAK
2025**

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini adalah hasil karya saya sendiridan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Yulli Prehatiwi

Nim: : 891243043

Tanda Tangan : 

Tanggal : Juli 2025

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Ilmiah Akhir (KIA) diajukan oleh:

Nama : Yulli Prehatiwi
Nim : 891243043
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI
Pontianak
Judul : Penerapan Intervensi Senam Kaki Diabetes untuk
Menurunkan Kadar Glukosa Darah Sewaktu pada Ny. S di
Panti Wreda Yayasan Nitizen Cinta Singkawang

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

PEMBIMBING



(Ns. Masmuri, M. Kep)

Diajukan di : Pontianak

Tanggal : Juli 2025

HALAMAN PENGESAHAN
KARYA ILMIAH AKHIR (KIA)

Disusun oleh:

YULLI PREHATIWI
NIM. 891243043

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal

Penguji I

Penguji II

Ns. Fauzan Alfikrie, M. Kep
NIDN. 1106049002

Ns. Hendra Priyatnanto, M. Kep
NIDN. 1110109102

Penguji III

Ns. Masmuri, M. Kep
NIDN. 1112028403

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

Mengetahui

Pontianak,

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

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan hidayah-Nya peneliti dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir (KIA) yang berjudul **“Penerapan Intervensi Senam Kaki Diabetes untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah Sewaktu pada Ny. S di Panti Wreda Yayasan Nitizen Cinta Singkawang”**. Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, tentunya banyak kesulitan yang peneliti hadapi dan sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan karya ilmiah akhir (KIA) ini. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Ns. Utu Rustian Hidayat, M. Kep selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yayasan Rumah Sakit Islam Pontianak.
2. Ibu Ns. Nurpratiwi, M. Kep selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yayasan Rumah Sakit Islam Pontianak.
3. Ibu Ns. Masmuri, M. Kep selaku pembimbing yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan kepada saya selama penyusunan karya ilmiah akhir (KIA) ini.
4. Ibu /Bapak selaku penguji pertama yang telah memberikan masukan dan saran kepada saya dalam proses penyusunan karya ilmiah akhir (KIA) ini.
5. Ibu/Bapak selaku penguji kedua yang telah memberikan masukan dan saran kepada saya dalam proses penyusunan karya ilmiah akhir (KIA) ini.
6. Seluruh dosen dan staf di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yayasan Rumah Sakit Islam Pontianak yang telah membantu dalam penyusunan karya ilmiah akhir (KIA) ini.
7. Orang tua tercinta yang telah memberikan semangat dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir (KIA) ini.
8. Suami dan anakku yang telah memberikan do’a, motivasi, dukungan dan sabar menemani setiap kesibukan perkuliahan peneliti.
9. Rekan-rekan seperjuangan mahasiswa RPL Profesi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yayasan Rumah Sakit Islam Pontianak, yang selalu memberikan bantuan, masukan, motivasi, referensi, materi, dan do’a kepada peneliti.

10. Seluruh pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu-persatu yang telah membantu dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir (KIA) ini.

Semoga Allah SWT membalas segenap kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga KIA ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan.

Pontianak, 2025

Peneliti

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik STIKes Yari Pontianak, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yulli Prehatiwi

NIM : 891243043

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

Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir (KIA)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIKes Yarsi Pontianak Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul “Penerapan Intervensi Senam Kaki Diabetes untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah Sewaktu pada Ny. S di Panti Wreda Yayasan Nitizen Cinta Singkawang” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif 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.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Pontianak

Pada tanggal: Juli 2025

Yang menyatakan



YULLI PREHATIWI

NIM. 891243043

ABSTRAK

PENERAPAN INTERVENSI SENAM KAKI DIABETES UNTUK MENURUNKAN KADAR GLUKOSA DARAH SEWAKTU PADA NY. S DI PANTI WREDA YAYASAN NITIZEN CINTA SINGKAWANG

Yulli Prehatiwi¹⁾ Masmuri²⁾

¹⁾Mahasiswa Keperawatan STIKes YARSI Pontianak

²⁾Dosen Keperawatan STIKes YARSI Pontianak

Yulli Prehatiwi: Program studi Pendidikan Ners, STIKes Yarsi Pontianak, Jln Panglima A'im,
No. 1 Pontianak Timur, Kota Pontianak, Kalimantan Barat-78232
Email: grandstar3322gmail.com

Latar Belakang: Diabetes melitus adalah penyakit menahun (kronis) berupa gangguan metabolik yang ditandai dengan kadar gula darah yang melebihi batas normal. Untuk mencegah terjadinya komplikasi pada pasien diabetes melitus maka perlu dilakukan terapi yang sesuai dengan 5 pilar diabetes melitus, salah satu pilar diabetes melitus yaitu dengan senam kaki. **Tujuan:** Penulisan karya ilmiah ini bertujuan mengaplikasikan intervensi senam kaki diabetes untuk menurunkan kadar glukosa darah sewaktu pada Ny. S di Panti Wreda Yayasan Nitizen Cinta Singkawang. **Metode:** Desain penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus. **Hasil penerapan:** Penelitian ini menunjukkan setelah dilakukan intervensi senam kaki selama 3 hari berturut-turut dalam 1 minggu selama 30 menit menunjukkan bahwa terdapat perubahan setelah dilakukan senam kaki pada Ny. S dimana gula darah sewaktu Ny. S 291 mg/dl menjadi 278 mg/dl. **Kesimpulan:** Terdapat penurunan kadar gula darah setelah dilakukan penerapan senam kaki diabetes

Kata Kunci: Senam Kaki Diabetes, Kadar Gula Darah, Diabetes Melitus.

ABSTRACT

APPLICATION OF DIABETIC FOOT EXERCISE INTERVENTIONS TO REDUCE BLOOD GLUCOSE LEVELS AT RESTON NY. S IN THE NURSING HOME OF YAYASAN NITIZEN CINTA SINGKAWANG

Yulli Prehatiwi¹⁾ Masmuri²⁾

¹⁾ *Nursing Student of STIKes YARSI Pontianak*

²⁾ *Lecturer in Nursing at STIKes YARSI Pontianak*

Program studi Pendidikan Ners, STIKes Yarsi Pontianak, Jln Panglima A'im, No. 1
Pontianak Timur, Kota Pontianak, Kalimantan Barat-78232
Email: grandstar3322gmail.com

Background: *Diabetes mellitus is a chronic disease in the form of metabolic disorders characterized by blood sugar levels that exceed normal limits. To prevent complications in patients with diabetes mellitus, it is necessary to carry out therapy in accordance with the 5 pillars of diabetes mellitus, one of the pillars of diabetes mellitus is foot exercise.*

Objective: *This scientific paper aims to apply the intervention of diabetic foot exercise to reduce blood glucose levels at the time of Mrs. S at the Yayasan Nitizen Cinta Singkawang Nursing Home.* **Methods:** *Descriptive research design with a case study approach.*

Application results: *This study shows that after the intervention of foot exercises for 3 consecutive days in 1 week for 30 minutes, it shows that there are changes after doing foot exercises on Mrs. S where Mrs. S's blood sugar is 291 mg/dl to 278 mg/dl.* **Conclusion:** *There is a decrease in blood sugar levels after the application of diabetic foot exercises.*

Keywords: *Diabetic foot exercise, Blood Sugar Level, Diabetes Mellitus*

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR SKEMA	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penulisan	5
D. Manfaat Penulisan	6

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Lansia	8
B. Konsep Diabetes Mellitus	11
C. Konsep Senam Kaki	27
D. Konsep Dasar Asuhan Keperawatan Diabetes Mellitus	32

BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA

A. Pengkajian	46
B. Rumusan Diagnosa Keperawatan	59
C. Perencanaan Keperawatan	61

D. Implementasi Keperawatan	65
E. Evaluasi	70

BAB IV PEMBAHASAN

A. Analisis proses keperawatan dengan konsep teori dan kasus terkait ...	78
B. Analisis penerapan intervensi berdasarkan <i>Evidence based Nursing Practice</i>	84
C. Alternatif pemecahan masalah atau solusi yang dapat dilakukan	87

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	89
B. Saran	90

DAFTAR PUSTAKA

Lampiran

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kriteria Diabetes Mellitus	14
Tabel 2.2 Kadar Glukosa Darah Sewaktu dan Puasa.....	15
Tabel 2.3 Diagnosis Keperawatan	35
Tabel 2.4 Rencana Keperawatan	39

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Pasien duduk diatas kursi	29
Gambar 2.2 Tumit kaki di lantai dan jari-jari kaki diluruskan ke atas	29
Gambar 2.3 Tumit kaki di lantai sedangkan telapak kaki diangkat.....	30
Gambar 2.4 Ujung kaki diangkat keatas	30
Gambar 2.5 Jari-jari kaki di lantai	30
Gambar 2.6 Kaki diluruskan dan diangkat	31
Gambar 2.7 Kaki merobek kertas koran keci-kecil dengan menggunakan jari-jari kaki lalu bungkus menjadi bentuk bola	32

DAFTAR SKEMA

	Halaman
Skema 2.1 Pathway Diabetes Melitus.....	19

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Permohonan Izin Pengambilan Data dari STIKes YARSI Pontianak
- Lampiran 2. Surat balasan izin pengambilan data dari Panti Wreda Yayasan Nitizen Cinta Singkawang
- Lampiran 3. Permohonan izin penelitian data dari STIKes YARSI Pontianak
- Lampiran 4. Surat balasan izin penelitian dari Panti Wreda Yayasan Nitizen Cinta Singkawang
- Lampiran 5. Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6. Lembar Persetujuan Menjadi Responden (*Informed Consent*)
- Lampiran 7. Dokumentasi Kegiatan
- Lampiran 8. Daftar Konsultasi Karya Ilmiah
- Lampiran 9. Hasil Telaah Jurnal Senam Kaki Diabetes