



KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN PELAKSANAAN SENAM KAKI DIABETES PADA KELUARGA NY. A DAN NY. T DENGAN DIABETES MELLITUS TIPE-2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CIPERNA KABUPATEN CIREBON

Oleh:

SILVY NURYUNITA LESTARI
NIM. P2.06.20.22.2110

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
CIREBON
2025**

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN PELAKSANAAN SENAM KAKI DIABETES PADA KELUARGA NY. A DAN NY. T DENGAN DIABETES MELLITUS TIPE-2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CIPERNA KABUPATEN CIREBON

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
Pada Program Studi Keperawatan
Cirebon

Oleh:

SILVY NURYUNITA LESTARI

NIM. P2.06.20.22.2110

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN CIREBON
PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
CIREBON
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : GAMBARAN PELAKSANAAN SENAM KAKI
DIABETES PADA KELUARGA NY. A DAN NY. T
DENGAN DIABETES MELLITUS TIPE-2 DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS CIPERNA
KABUPATEN CIREBON

PENYUSUN : SILVY NURYUNITA LESTARI
NIM : P2.06.20.22.2110

Karya Tulis Ilmiah ini telah diperiksa dan disetujui
Oleh Pembimbing untuk diujikan

Cirebon, 28 Mei 2025

Pembimbing

Pembimbing I

Ati Siti Rochayati, SKM, M.Kes
NIP. 196207181985032001

Pembimbing II

Omay Rohmana, S.Kep, Ns, M.Kep
NIP. 197210111999031001

Mengetahui:

Ketua Program Studi D III Keperawatan Cirebon



Eyet Hidayat, SPd, S.Kp, M.Kep, Ns, Sp.Kep.J
NIP. 196709281991021001

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis kehadiran Allah SWT, atas rahmat, hidayah dan karunianya kepada kita semua, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini yang berjudul “GAMBARAN PELAKSANAAN SENAM KAKI DIABETES PADA KELUARGA NY. A DAN NY. T DENGAN DIABETES MELLITUS TIPE-2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CIPERNA KABUPATEN CIREBON”. Karya Tulis Ilmiah ini disusun dengan tujuan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi D III Keperawatan Cirebon di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

Dalam proses pembuatan, penyusunan dan pengerjaan Karya Tulis Ilmiah ini pastinya tidak terlepas dari berbagai macam hambatan dan rintangan, akan tetapi dengan adanya bantuan, arahan, bimbingan dan masukan-masukan yang sangat berharga dari pembimbing dan pihak-pihak yang telah membantu, yang akhirnya dapat membantu saya selaku penulis untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini, maka pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep. Ners. M.Kep selaku direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns. Sp.Kep.J selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Tasikmalaya.
3. Bapak Eyet Hidayat, SPd, S.Kp, M.Kep, Ns, Sp.Kep.J selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Cirebon dan sekaligus Penguji
4. Ibu Hj. Maemunah, SKM, M.Si selaku Kepala Puskesmas Ciperna Kabupaten Cirebon
5. Ibu Santi Hikmawati S.Kep selaku Clinical Instructure di Puskesmas Ciperna Kabupaten Cirebon

6. Ibu Ati Siti Rochayati, SKM, MKes selaku Pembimbing I yang telah memberikan banyak motivasi, arahan, dan masukan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Bapak Omay Rohmana, S.Kep, Ns, MKep selaku Pembimbing II yang telah memberikan banyak motivasi, arahan, dan masukan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Seluruh Staf Dosen Program Studi DIII Keperawatan Politeknik Kesehatan Tasikmalaya yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
9. Kepada kedua orang tua yang saya cintai serta keluarga besar yang senantiasa turut mendoakan dan mensupport saya, sehingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar.
10. Kepada Rekan-Rekan Program Studi DIII Keperawatan angkatan 2022, yang telah memberikan semangat dan dukungan. Terimakasih untuk kisah yang tercipta selama ini.
11. Kepada semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan semangat dan dukungan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa masih ada kekurangan pada Karya Tulis Ilmiah ini, baik dari segi pengolahan bahasa maupun substansinya. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun diharapkan demi perbaikan Karya Tulis Ilmiah. Penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan.

Cirebon, 24 Juni 2025

Penulis

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN CIREBON
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
Karya Tulis Ilmiah, 13 Juni 2025

**Gambaran Pelaksanaan Senam Kaki Diabetes Pada Keluarga Ny. A Dan
Ny. T Dengan Diabetes Mellitus Tipe-2 Di Wilayah Kerja Puskesmas
Ciperna Kabupaten Cirebon**

Silvy Nuryunita Lestari ¹, Ati Siti Rochayati ², Omay Rohmana ³

ABSTRAK

Latar belakang: Diabetes Mellitus Tipe-2 merupakan penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat di Indonesia. Di Kabupaten Cirebon terdapat 14.055 orang yang terdiagnosis diabetes mellitus pada tahun 2023. Salah satu bentuk aktivitas fisik dan terapi non-farmakologis yang dapat digunakan untuk mengontrol kadar gula darah adalah senam kaki diabetes. Senam kaki diabetes ini dapat meningkatkan aliran darah, memperkuat otot, dan menurunkan kemungkinan terjadinya luka pada kaki bagi penderita diabetes. **Tujuan:** Studi kasus ini bertujuan agar penulis mampu melakukan pelaksanaan senam kaki diabetes pada keluarga penderita Diabetes Mellitus Tipe-2 di wilayah kerja Puskesmas Ciperna Kabupaten Cirebon. **Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus yang melibatkan dua keluarga yang menderita penyakit diabetes mellitus tipe-2. Data yang dikumpulkan melalui wawancara, observasi dan studi dokumentasi. **Hasil:** Pelaksanaan senam kaki diabetes dilakukan selama lima kali berturut-turut dengan waktu satu kali sehari selama 15 menit, menunjukkan adanya penurunan kadar gula darah disertai penurunan keluhan yang dialami klien. Pada klien 1 sebelum melakukan senam kaki hasil GDS nya 301 mg/dl menjadi 196 mg/dl, pada klien 2 sebelum melakukan senam kaki hasil GDS nya 311 mg/dl menjadi 205 mg/dl. **Kesimpulan dan Saran:** menunjukkan bahwa senam kaki diabetes merupakan tindakan yang efektif dalam mencegah komplikasi diabetes mellitus tipe-2. Perbandingan pelaksanaan senam kaki diabetes yang didapatkan bahwa klien 1 lebih besar penurunan gula darahnya dibandingkan dengan klien 2. Diharapkan senam kaki ini dapat dijadikan bagian dari program edukasi rutin di tingkat keluarga dan komunitas oleh para petugas kesehatan, terutama perawat, untuk mendukung pencegahan komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup penderita diabetes mellitus tipe-2.

Kata Kunci : Diabetes Mellitus, Senam Kaki, Keluarga

¹Mahasiswa Program Studi D III Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

^{2,3}Dosen Program Studi D III Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA
CIREBON DIPLOMA III NURSING STUDY PROGRAM
POLYTECHNIC OF HEALTH TASIKMALAYA
Scientific Paper, 13 June 2025

**Overview Of The Implementation Of Diabetes Foot Exercises In The Family
Of Mrs. A And Mrs. T With Type-2 Diabetes Mellitus In The Working Area
Of Ciperna Community Health Center, Cirebon Regency**

Silvy Nuryunita Lestari ¹, Ati Siti Rochayati ², Omay Rohmana ³

ABSTRACT

Background: Type 2 Diabetes Mellitus is a non-communicable disease whose prevalence continues to increase in Indonesia. In Cirebon Regency, there are 14,055 people diagnosed with diabetes mellitus in 2023. One form of physical activity and non-pharmacological therapy that can be used to control blood sugar levels is diabetic foot exercise. This diabetic foot exercise can increase blood flow, strengthen muscles, and reduce the possibility of foot wounds for people with diabetes. **Purpose:** This case study aims for the author to be able to carry out diabetic foot exercise on families with Type 2 Diabetes Mellitus in the Ciperna Health Center work area of Cirebon Regency. **Research Method:** This study uses a qualitative descriptive method with a case study approach involving two families suffering from type 2 diabetes mellitus. Data collected through interviews, observations and documentation studies. **Results:** The implementation of diabetic foot exercise was carried out five times in a row with a time of once a day for 15 minutes, showing a decrease in blood sugar levels accompanied by a decrease in complaints experienced by clients. In client 1 before doing foot exercises, the GDS results were 301 mg/dl to 196 mg/dl, in client 2 before doing foot exercises, the GDS results were 311 mg/dl to 205 mg/dl. **Conclusion and Suggestion:** shows that diabetic foot exercises are an effective action in preventing complications of type-2 diabetes mellitus. Comparison of the implementation of diabetic foot exercises found that client 1 had a greater decrease in blood sugar compared to client 2. It is hoped that this foot exercise can be used as part of a routine education program at the family and community level by health workers, especially nurses, to support the prevention of complications and improve the quality of life of people with type-2 diabetes mellitus.

Keywords: Diabetes Mellitus, Foot Exercise, Family

¹Student of D III Nursing Study Program Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

^{2,3}Lecturers of D III Nursing Study Program Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan.....	6
1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah.....	7
BAB II TINJAUAN TEORI.....	9
2.1 Konsep Keluarga.....	9
2.2 Diabetes Mellitus	23
2.3 Senam Kaki	34
2.4 Prosedur Pelaksanaan.....	36
2.5 Kerangka Teori Dan Kerangka Konsep	39
BAB III METODE KARYA TULIS ILMIAH.....	41
3.1 Rancangan/Pendekatan Karya Tulis Ilmiah.....	41
3.2 Subyek Karya Tulis Ilmiah.....	41
3.3 Definisi Operasional.....	41
3.4 Metoda dan Teknik Pengumpulan Data.....	42
3.5 Instrumen Pengumpulan Data	43
3.6 Lokasi dan Waktu	43
3.7 Prosedur Penyusunan Karya Tulis Ilmiah	44
3.8 Keabsahan Data	44
3.9 Analisa Data	45
3.10 Etika Penelitian.....	46

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	47
4.1 Hasil Karya Tulis Ilmiah	47
4.2 Pembahasan	48
4.3 Keterbatasan Karya Tulis Ilmiah	47
4.4 Implikasi Keperawatan	47
BAB V PENUTUP.....	60
5.1 Kesimpulan	60
5.2 Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN.....	66

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Kadar Gula Darah Sewaktu	34
2.2 Kadar Gula Darah Puasa	34
2.3 Standar Operasional Prosedur Senam Kaki	36
3.1 Definisi Operasional	41
3.2 Waktu Pelaksanaan.....	43
4.1 Hasil Observasi Klien 1	53
4.2 Hasil Observasi Klien 2	54

DAFTAR BAGAN

Bagan	Halaman
2.1 Kerangka Teori.....	39
2.2 Kerangka Konsep.....	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Penjelasan Sebelum Pelaksanaan KTI/TA	66
2 Informed Consent	67
3 Observasi Studi Kasus	69
4 Satuan Acara Penyuluhan Diabetes Mellitus	73
5 Satuan Acara Penyuluhan Senam Kaki Diabetes.....	86
6 Dokumentasi	97
7 Lembar Konsultasi	98