



KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN SENAM KAKI DIABETES TERHADAP KADAR
GLUKOSA DARAH PADA PENDERITA
DIABETES MELITUS TIPE 2
DI RUMAH SAKIT DAERAH GUNUNG JATI KOTA CIREBON**

ARIF BUDI PRASETIA, S.Tr.Kep

P20620625046

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

JURUSAN KEPERAWATAN

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2026



KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN SENAM KAKI DIABETES TERHADAP KADAR
GLUKOSA DARAH PADA PENDERITA
DIABETES MELITUS TIPE 2
DI RUMAH SAKIT DAERAH GUNUNG JATI KOTA CIREBON**

ARIF BUDI PRASETIA, S.Tr.Kep

P20620625046

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

JURUSAN KEPERAWATAN

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2026

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penyusun panjatkan ke hadirat Allah SWT atas Rahmat dan kurnia-Nya, sehingga penyusun dapat menyelesaikan penyusunan KIAN dengan judul “Penerapan Senam Kaki Diabetes Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Daerah Gunung Jati Kota Cirebon”.

Dalam Menyusun KIAN ini, banyak pihak yang terlibat untuk membantu penulis dari berbagai bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, sehingga penulis dapat menyelesaikan KIAN ini tepat waktu. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep.,Ns., M.Kep. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak H. Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Jiwa, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Ibu Ida Rosdiana, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.M.B, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Bapak Ns. Arif Rahman, M.Tr.Kep, selaku pembimbing.

5. Seluruh staf Pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalankan perkuliahan
6. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Hal ini tidak luput dari kekurangan maupun keterbatasan dalam kemampuan, pengalaman, dan literature yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan di masa yang akan datang.

Penulis

Arif Budi Prasetya, S.Tr.Kep

NIM. P20620625046

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
KARYA ILMIAH AKHIR NERS, 2026
Arif Budi Prasetya ¹

JUDUL

INTI SARI

Latar Belakang: Diabetes Melitus merupakan golongan penyakit tidak menular (PTM) yang ditandai dengan adanya kenaikan kadar glukosa dalam darah. Didapatkan data dari Dinas Kesehatan Kota Cirebon jumlah penderita diabetes melitus yang tidak tergantung pada insulin atau yang biasa disebut dengan diabetes melitus tipe II, yaitu sebesar 5.843 kasus yang tercatat pada tahun 2020. Data yang diperoleh dari bagian rekam medis di Rumah Sakit Daerah Gunung Jati Kota Cirebon didapatkan prevalensi pada Januari – Oktober tahun 2023 sebanyak 223 pasien yang mengalami penyakit diabetes melitus tipe 2. Penanganan diabetes meliputi lima pilar: edukasi, terapi nutrisi, latihan fisik (Senam Kaki diabetes), terapi farmakologi dan pemeriksaan glukosa rutin. Senam kaki diabetes mellitus merupakan senam *aerobic low impact* dengan gerakan yang ritmis, dapat dilakukan serta diikuti oleh semua umur. Senam kaki diabetes berperan dalam mengontrol kadar glukosa darah pada pasien diabetes. **Tujuan:** tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui Penerapan Senam Kaki Diabetes Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Daerah Gunung Jati Kota Cirebon. **Metode:** penelitian ini merupakan studi kasus dengan pendekatan Asuhan Keperawatan yang dilakukan di Rumah Sakit Daerah Gunung Jati Kota Cirebon. **Hasil:** kedua pasien mengalami kadar glukosa darah tinggi dengan diagnosa ketidakstabilan kadar glukosa darah berhubungan dengan resistensi insulin. Intervensi yang diterapkan yaitu terapi senam kaki diabetes yang dilakukan selama 3 kali pertemuan. Kadar glukosa darah yang terjadi pada kedua pasien membaik setelah dilakukan terapi senam kaki diabetes. **Kesimpulan:** penerapan senam kaki diabetes sebagai terapi non-farmakologis dapat menurunkan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2. **Saran:** Penulis menyarankan untuk menerapkan senam kaki diabetes sebagai terapi nonfarmakologi dalam menurunkan kadar glukosa darah .

Kata Kunci : Diabetes Mellitus, Senam Kaki Diabetes

HEALTH POLYTECHNIC OF THE MINISTRY OF HEALTH TASIMALAYA
NURSING PROFESSIONAL STUDY PROGRAM
FINAL SCIENTIFIC PAPER OF NERS, 2026
Arif Budi Prasetia ¹

JUDUL

ABSTRACT

Background: *Diabetes Mellitus is a type of non-communicable disease (NCD) characterized by increased blood glucose levels. Data from the Cirebon City Health Office shows that the number of people with insulin-independent diabetes, commonly known as type II diabetes mellitus, was 5,843 cases recorded in 2020. Data obtained from the medical records department at Gunung Jati Regional Hospital, Cirebon City, indicates that from January to October 2023, there were 223 patients with type 2 diabetes mellitus. Diabetes management involves five pillars: education, nutritional therapy, physical exercise (Diabetes Foot Gymnastics), pharmacological therapy, and routine glucose monitoring. Diabetes foot gymnastics is a low-impact aerobic exercise with rhythmic movements that can be performed and followed by people of all ages. Diabetes foot gymnastics helps control blood glucose levels in patients with diabetes.*

Purpose: *The aim of this study is to find out the application of Diabetes Foot Exercises on blood glucose levels in patients with Type 2 Diabetes Mellitus at Gunung Jati Regional Hospital in Cirebon.*

Method: *this research is a case study using a Nursing Care approach conducted at Gunung Jati Regional Hospital in Cirebon.*

Results: *both patients had high blood glucose levels with a diagnosis of unstable blood glucose levels related to insulin resistance. The intervention applied was diabetes foot exercise therapy carried out over 3 sessions. The blood glucose levels in both patients improved after undergoing diabetes foot exercise therapy.*

Conclusion: *applying diabetes foot exercises as a non-pharmacological therapy can lower blood glucose levels in patients with Type 2 Diabetes Mellitus.*

Suggestion: *the author recommends implementing diabetes foot exercises as a non-pharmacological therapy to reduce blood glucose levels.*

Keywords: Diabetes Mellitus, Diabetes Foot Exercise

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	i
LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
INTI SARI	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
1. Tujuan Umum	6
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat penelitian.....	7
1. Bagi Instansi Pendidikan.....	7
2. Bagi Pelayanan Kesehatan	7
BAB II TINJAUAN LITERATUR	8
A. Konsep Diabetes Melitus	8
1. Pengertian.....	8

2. Etiologi.....	8
3. Faktor Risiko	9
4. Tanda Dan Gejala.....	12
5. Pemeriksaan Penunjang	13
6. Komplikasi	14
7. Penatalaksanaan	16
8. Web Of Caution (WOC).....	18
B. Konsep Kadar Glukosa Darah.....	19
1. Pengertian Kadar Glukosa Darah.....	19
2. Pemeriksaan Glukosa Darah	20
3. Prosedur Pemeriksaan Glukosa Darah	20
4. Manfaat Pemeriksaan Glukosa Darah	22
C. Konsep Senam Kaki.....	23
1. Pengertian.....	23
2. Tujuan.....	24
3. Indikasi dan Kontraindikasi	24
4. Prosedur	25
D. Konsep Asuhan Keperawatan	28
1. Pengkajian.....	28
2. Diagnosa Keperawatan.....	35
3. Intervensi.....	35
4. Implementasi	38
5. Evaluasi.....	38
6. Kerangka Teori.....	40
BAB III GAMBARAN KASUS.....	41
A. Gambaran Lokasi Kasus	41
B. Resume Asuhan Keperawatan Pasien 1 dan pasien 2	41
1. Pengkajian.....	41

2. Diagnosa Keperawatan.....	46
3. Intervensi Keperawatan SDKI, SLKI, dan SIKI.....	46
4. Implementasi	51
BAB IV PEMBAHASAN.....	71
A. Gambaran Tahapan Pelaksanaan Proses Keperawatan	71
1. Pengkajian.....	71
2. Diagnosa Keperawatan.....	72
3. Intervensi Keperawatan.....	73
4. Implementasi Keperawatan.....	74
5. Evaluasi Keperawatan.....	75
B. Hasil Pelaksanaan Tindakan Senam Kaki Diabetes Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2.....	77
C. Respon Dan Kesenjangan Kedua Pasien.....	78
BAB V PENUTUP	79
A. Kesimpulan	79
B. Saran.....	80
1. Bagi Institusi	80
2. Bagi Peneliti Selanjutnya	80
DAFTAR PUSTAKA.....	81
LAMPIRAN.....	83
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	88

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Intervensi Keperawatan.....	33
Table 3.1 identitas pasien.....	39
Table 3.2 pemeriksaan	40
Tabel 3.3 Pengkajian Psikososial dan Spiritual.....	41
Tabel.3.4 data hasil laboratorium Ny. H.....	42
Tabel.3.5 data hasil laboratorium Ny. A.....	42
Tabel 3.6 Terapi obat Ny. H.....	43
Tabel 3.7 Terapi obat Ny. A.....	43
Tabel 3.8 Diagnosa Keperawatan.....	44
Tabel 3.9 Penggunaan SDKI,SLKI dan SIKI.....	44
Tabel 3.10 Implementasi Hari Pertama Ny. H	49
Tabel 3.11 Implementasi Hari Pertama Ny. A.....	51
Tabel 3.12 Implementasi Hari Kedua Ny. H.....	54
Tabel 3.13 Implementasi Hari Kedua Ny. A.....	57
Tabel 3.14 Implementasi Hari Ketiga Ny. H.....	60
Tabel 3.15 Implementasi Hari Ketiga Ny. A	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Meletakkan Kaki diatas Lantai (Kurnia & Fitri, 2023).....	25
Gambar 2.2 Jari-jari Kaki Digerakkan Keatas dan Kebawah (Kurnia & Fitri, 2023)..	25
Gambar 2.3 Jari-jari Kaki Diangkat Keatas Dengan Tumpuan Tumit Kaki (Kurnia & Fitri, 2023).....	25
Gambar 2.4 Putaran dengan Tumpuan di Pergelangan Kaki (Kurnia & Fitri, 2023)..	26
Gambar 2.5 Pemutaran Pada Tumit Kaki (Kurnia & Fitri, 2023).....	26
Gambar 2.6 Kaki Sejajar Lutut serta Lakukan Pemutaran (Kurnia & Fitri, 2023)....	26
Gambar 2.7 Gerakkan Kaki Kekanan dan Kekiri (Kurnia & Fitri, 2023).....	27
Gambar 2.8 Menuliskan Angka di Udara (Hidayat et al., 2023).....	27
Gambar 2.9 Gunakan Koran (Kurnia & Fitri, 2023).....	27

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Web Of Caution (WOC).....	18
Bagan 2.2 Kerangka Teori.....	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Standar Operasional Prosedur Pemeriksaan Glukosa Darah Standar Operasional Prosedur.....	77
Lampiran 2 Standar Operasional Prosedur Senam Kaki Diabetes.....	79

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Arif Budi Prasetia

Tempat, Tanggal Lahir : Ciamis, 24 Januari 2003

NIM : P20620625046

Jenis Kelamin : Laki-Laki

Agama : Islam

Alamat : Dusun Singgugu RT/RW 04/02, Desa Kertayasa,
Kec. Panawangan, Kab. Ciamis

E-mail : prasetyaaa028@gmail.com

Riwayat Pendidikan :

1. SDN 2 Kertayasa 2009-2015
2. SMPN 2 Kawali 2015-2018
3. SMA Negeri 1 Panawangan 2018-2021
4. Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya (D-IV Keperawatan) 2021-2025
5. Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya (Profesi Ners) 2025 - Sekarang