

**PENERAPAN TERAPI SENAM KAKI DIABETES
MENGUNAKAN KORAN UNTUK MENURUNKAN
KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN
DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS UMBAN SARI**

KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS



**SARAH
NIM. P032214401033**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2025**

**PENERAPAN TERAPI SENAM KAKI DIABETES
MENGUNAKAN KORAN UNTUK MENURUNKAN
KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN
DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS UMBAN SARI**

Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus Ini Disusun Sebagai Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Keperawatan



**SARAH
NIM. P032214401033**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2025**

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Sarah

Tempat/Tanggal Lahir : Pekanbaru, 26 Desember 2003

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Email : sarahsng03@gmail.com

Alamat : Jl. Ikan Parang

Nama Orang Tua

Ayah : Jubon Sinaga

Ibu : Seriahma Purba

Riwayat Pendidikan : 1. PAUD Nusa Indah (2009-2010)
2. SDN 128 Pekanbaru (2010-2016)
3. SMPN 24 Pekanbaru (2016-2019)
4. SMAN 13 Pekanbaru (2019-2022)

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sarah
NIM : P032214401033
Program Studi : DIII Keperawatan
Institusi : Poltekkes Kemenkes Riau

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Pekanbaru, 27 Mei 2025
Pembuat Pernyataan



Sarah
NIM.P032214401033

Mengetahui

Pembimbing Utama

Ns. Yoza Misra Fatmi, M.Kep., Sp. Kep.M.B
NIP. 198509292010122006

Pembimbing Pendamping

Dr. Ibnu Rusdi, S.Kp., M.Kes
NIP. 197011232003121002

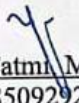
HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

**KARYA TULIS ILMIAH INI TELAH
DISETUIJUI UNTUK DIUJIKAN
TANGGAL 03 JUNI 2025**

Oleh

Pembimbing Utama


Ns. Yoza Misra Fatma, M.Kep., Sp. Kep.M.B.
NIP.198509292010122006

Pembimbing Pendamping


Dr. Ibnu Rusdi, S.Kp., M.Kes
NIP. 197011232003121002

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH PENERAPAN TERAPI SENAM KAKI DIABETES
MENGUNAKAN KORAN UNTUK MENURUNKAN KADAR GLUKOSA
DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2

Telah Diuji

Pada Tanggal 03 Juni 2025

Tim Penguji

Ketua Penguji

Ns. Yoza Misra Fatmi, M.Kep., Sp.Kep.M.B
NIDN. 4029098501

(.....)

Anggota Penguji

Penguji Anggota I

Ns. Wiwiek Delvira, S.Kep., M.Kep
NIDN. 4008107401

(.....)

Penguji Anggota II

Ns. Ardenny, S.Kep., M.Kep
NIDN. 4004087801

(.....)

Mengetahui,

Ketua
Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Riau


Ns. Yulianto, S.Kep., M.Pd., MPH
NIP.197207141992031003

Ketua
Prodi DIII Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Riau


Ns. Syafrisar Meri Apritubella, M.Kep
NIP.198702192018012001

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT karena atas limpahan rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Penerapan Terapi Senam Kaki Diabetes Menggunakan Koran untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah pada Pasien dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Umban Sari”. Karya Tulis Ilmiah ini dapat selesai sesuai dengan yang diharapkan. Penyusunan laporan Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Tugas Akhir. Selama proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, arahan, dukungan dan saran dari berbagai pihak terkait, dengan itu izinkan penulis mengucapkan terimakasih setulus-tulusnya kepada :

1. Ibu Rully Hevrialni, SST, Bdn, M.Keb, MH selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
2. Bapak Ns. Yulianto, S.Kep. Mpd, MPH selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
3. Ibu Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Riau
4. Ibu Ns. Yoza Misra Fatmi, M.Kep., Sp.Kep.M.B. selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan pengarahan, masukan, saran, dan meluangkan waktu untuk bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Bapak Dr. Ibnu Rusdi, S.Kep, M.Kep selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan pengarahan, masukan, saran, dan meluangkan waktu untuk bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Ibu Ns. Wiwiek Delvira, S.Kep, M.Kep selaku dosen penguji I dalam ujian Karya Tulis Ilmiah ini.

7. Bapak Ns. Ardenny, S.Kep, M.Kep selaku dosen penguji II dalam ujian Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Ibu Ns. Usraleli, S.Kep, M.Kep selaku dosen pembimbing akademik yang telah membimbing dan memberikan pengarahan kepada penulis selama perkuliahan.
9. Bapak dan Ibu dosen Jurusan Keperawatan serta staf Poltekkes Kemenkes Riau yang telah memberikan ilmu dan mendidik penulis selama mengikuti perkuliahan.
10. Kedua orang tua tercinta ayahanda Jubon Sinaga dan ibunda Seriahma Purba yang telah mendidik serta menjadi panutan hidup penulis. Terimakasih atas segala pengorbanan, kasih sayang, doa, semangat, dan motivasi yang diberikan kepada penulis hingga penulis mampu menyelesaikan perkuliahan ini.
11. Saudara tercinta, kakak dan adik penulis, Dumaria, Reza Sandi Sinaga, Rizky Ramadani Sinaga, Nadya Rahmaputri, dan Adeeva Anindira. Terima kasih atas dukungan dan semangat yang diberikan kepada penulis dalam menyelesaikan perkuliahan ini.
12. Semua sahabat penulis yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu penulis dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
13. Terakhir terima kasih kepada diri sendiri Sarah yang sudah bertahan dan berjuang dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan dalam bidang keperawatan.

Pekanbaru, 15 April 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat	6
1.4.1 Bagi Masyarakat.....	6
1.4.2 Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan.....	6
1.4.3 Bagi Penulis	6

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Konsep Diabetes Melitus Tipe 2	7
2.1.1 Definisi.....	7
2.1.2 Etiologi.....	7
2.1.3 Patofisiologi	9
2.1.4 Tanda dan gejala	11
2.1.5 Komplikasi	12
2.1.6 Penatalaksanaan	14
2.2 Konsep Glukosa Darah	16
2.2.1 Definisi Glukosa Darah.....	16
2.2.2 Pengukuran Glukosa Darah.....	16
2.3 Konsep Senam Kaki Diabetes.....	20
2.3.1 Pengertian Senam Kaki Diabetes	20
2.3.2 Tujuan dan Manfaat Senam Kaki Diabetes.....	20
2.3.3 Indikasi dan Kontraindikasi Senam Kaki Diabetes.....	20
2.3.4 Prosedur Pelaksanaan Senam Kaki Diabetes	21
BAB 3 METODE STUDI KASUS	26
3.1 Jenis dan Desain Studi Kasus.....	26
3.2 Subyek Studi Kasus	26
3.3 Fokus Studi	27
3.4 Definisi Operasional.....	27
3.5 Instrumen Studi Kasus	28
3.6 Metode Pengumpulan Data	28
3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian	30
3.8 Penyajian Data	30
3.9 Etika Studi Kasus	30

BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	32
4.1 Hasil Penelitian	32
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	32
4.1.2 Gambaran Subyek Studi Kasus	33
4.1.3 Penerapan Fokus Studi	34
4.2 Pembahasan	35
4.3 Keterbatasan Penelitian	36
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	39
5.1 Kesimpulan	40
5.2 Saran	41
5.2.1 Bagi Perawat dan Petugas Puskesmas	41
5.2.2 Bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan dan Penelitian Selanjutnya	41
5.2.3 Bagi Penderita Diabetes Melitus tipe 2 dan Keluarga	41
DAFTAR PUSTAKA	42
LAMPIRAN	45

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional	27
Tabel 4. 1 Hasil Pemeriksaan GDS Sebelum Dilakukan Penerapan	34
Tabel 4. 2 Hasil Pemeriksaan GDS Sesudah Diberikan Penerapan.....	35
Tabel 4. 3 Hasil Observasi Sebelum dan Sesudah Diberikan Penerapan	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Letakkan kaki diatas lantai.....	21
Gambar 2. 2 Letakkan tumit diatas lantai	21
Gambar 2. 3 Angkat telapak kaki ke atas dan sebaliknya.....	22
Gambar 2. 4 Putar ujung-ujung kaki keluar dan kedalam.....	22
Gambar 2. 5 Letakkan jari-jari kaki ke lantai	22
Gambar 2. 6 Angkat lutut kaki secara bergantian	23
Gambar 2. 7 Angkat kaki ke lantai dan luruskan secara bergantian	23
Gambar 2. 8 Angkat kedua kaki dan luruskan	23
Gambar 2. 9 Angkat kedua kaki dan pertahankan posisi kaki	24
Gambar 2. 10 Putar kaki keluar dan kedalam	24
Gambar 2. 11 Letakkan koran di atas kaki.....	24
Gambar 2. 12 Bagi koran menjadi 2 bagian.....	25
Gambar 2. 13 Pindahkan sobekan koran ke koran yang utuh	25
Gambar 2. 14 Buat koran menjadi seperti bola.....	25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Jadwal Kegiatan	45
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Responden (<i>Informed Consent</i>)	45
Lampiran 3 Lembar Konsultasi Proposal.....	47
Lampiran 4 Lembar Revisi Sempro Penguji 1 dan 2	51
Lampiran 5 Lembar Konsultasi Hasil	53
Lampiran 6 Lembar Revisi Semhas Penguji 1 dan 2	54
Lampiran 7 Lembar SOP Senam Kaki Diabetes.....	56
Lampiran 8 Lembar Observasi.....	61
Lampiran 9 Lembar Pengajuan Judul	63
Lampiran 10 Lembar Kesediaan Pembimbing.....	64
Lampiran 11 Lembar Surat Izin Pra Penelitian.....	66
Lampiran 12 Lembar Surat Rekomendasi DPMPTSP.....	67
Lampiran 13 Lembar Surat Izin Penelitian KESBANGPOL.....	68
Lampiran 14 Lembar Surat Izin Penelitian Dinas Kesehatan	69
Lampiran 15 Surat Keterangan Selesai Penelitian dari Puskesmas	70
Lampiran 16 Surat Keterangan Kaji Etik.....	71
Lampiran 17 Dokumentasi Kegiatan	72