



**KARYA ILMIAH AKHIR**

**TERAPI KOMPLEMENTER SENAM KAKI MENSTABILAKAN KADAR GULA  
DARAH: CASE REPORT PASIEN DIABETES MELLITUS DI POLIKLINIK  
PENYAKIT DALAM RUMAH SAKIT BEHESDA YOGYAKARTA**

**Oleh:**

**AMBAR ASTUTI**

**NIM: 2204095**

**PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS**

**STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA**

**2023**

TERAPI KOMPLEMENTER SENAM KAKI MENSTABILKAN KADAR GULA  
DARAH: CASE REPORT PASIEN DIABETES MELLITUS DI POLIKLINIK  
PENYAKIT DALAM RUMAH SAKIT BETHESDA YOGYAKARTA

Karya Ilmiah Akhir

Diajukan dalam rangka memenuhi persyaratan memperoleh gelar ners

Oleh:

Ambar Astuti

NIM: 2204095

STIKES BETHESDA YAKKUM

PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS  
STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

KARYA ILMIAH AKHIR

TERAPI KOMPLEMENTER SENAM KAKI MENSTABILKAN KADAR GULA  
DARAH: CASE REPORT PASIEN DIABETES MELLITUS  
DI POLIKLINIK PENYAKIT DALAM RUMAH SAKIT  
BETHESDA YOGYAKARTA

Oleh:

Ambar Astuti

NIM: 2204095

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada Tanggal 8 Desember 2023

Pembimbing



Indrayanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.Kom.

**HALAMAN PENGESAHAN**

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**TERAPI KOMPLEMENTAR SENAM KAKI MENSTABILAKANKADAR GULA  
DARAH: CASE REPORT PASIEN DIABETES MELLITUS  
DI POLIKLINIK PENYAKIT DALAM RUMAH SAKIT  
BETHESDA YOGYAKARTA**

Oleh:

Ambar Astuti

NIM: 2204095

Karya ilmiah akhir ini disetujui pada tanggal 8 Desember 2023

Dosen pembimbing

Indrayanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.Kom.

Mengesahkan

Ketua STIKES Bethesda Yakkum



Mudia Kaningtyas, S.Kep.,Ns.,  
M.Kep.,Sp.Kep.MB., Ph.D.,NS

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan

Profesi Ners

Indah Prawesti, S.Kep.,Ns.,M.Kep

## ABSTRAK

**Ambar Astuti** “Terapi komplementer Senam Kaki Terhadap Kestabilan Kadar Gula Darah: Case Report Pasien Diabetes Mellitus Di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta”

**Latar belakang:** Pengelolaan Diabetes Mellitus dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Terapi non farmakologis yang dapat dilakukan antara lain dengan pengendalian berat badan, latihan olahraga, dan diet. Salah satu dari olahraga yang dapat dilakukan pasien diabetes mellitus adalah dengan melakukan senam kaki. Senam kaki merupakan kegiatan aktifitas fisik yang dapat dilakukan sebagai upaya pencegahan terjadinya luka dan membantu melancarkan peredaran darah di bagian kaki. Intervensi dilakukan kepada Bp. W dengan Diabetes mellitus. Peneliti tertarik dengan Bp. W karena pasien mengalami kaki sering kesemutan dan telapak kaki terasa panas, gampang capek, pasien juga mengatakan kadar gula darahnya tidak stabil.

**Gejala utama:** Kaki sering kesemutan dan terasa panas, mudah lelah, badan sering terasa pegel pegel pasien juga mengatakan kadar gula darahnya tidak stabil

**Intervensi terapeutik:** Sebelum dilakukan intervensi pasien dilakukan pengukuran kadar gula darah sewaktu, kemudian diajarkan untuk melakukan senam kaki diabetes selama 30 menit dalam waktu lima hari berturut-turut, setelah lima hari pasien dilakukan pengukuran gula darah sewaktu kembali.

**Outcome:** Hasil observasi selama lima hari didapatkan perubahan kaki sudah tidak terasa kesemutan dan panas, serta kadar gula darah awal 210 mg/dl pada hari kelima menjadi 129 mg/dl. Terjadi penurunan kadar gula darah sewaktu sebanyak 81 mg/dl.

**Kesimpulan:** Senam kaki diabetes dapat efektif dilakukan untuk menstabilkan kadar gula darah sewaktu.

**Kata kunci:** Diabetes mellitus-kadar gula darah-senam kaki diabetes  
81 halaman + 2 gambar + 2 tabel + 1 skema + 7 lampiran

**Kepustakaan:** 19-2011-2021

## **ABSTRACT**

**Ambar Astuti** “Complementary Therapy Foot Exercise Against Stable Blood Sugar: Case Report Diabetes Mellitus Patient Patient at Bethesda Hospital Yogyakarta Internal Medicine Polyclinic”

**Background:** Diabetes mellitus management can be done with both pharmacological and non-pharmacological therapies. One of the exercises that people with diabetes mellitus can do is to exercise their feet. Leg exercises are physical activities that can be performed as an effort to prevent injury and help launch blood circulation in the legs. The intervention was done to Bp. W. with diabetes mellitus. The researchers were interested in Bp. W. because the patient suffered from frequent dizziness of the legs and the palms of the feet felt hot, easily tired, the patient also said his blood sugar levels were unstable.

**The main symptom:** The legs are frequently dull and feel hot, easy to tire, the body often feels dull, the patient also says his blood sugar level is unstable.

**Therapeutic intervention:** Before the intervention, the patients were measured their blood sugar levels at a time, then they were taught to do diabetic foot exercises for 30 minutes over five days in a row, after five days the patients had blood sugar measurements at the time of recovery.

**Result:** The five-day observations showed that the legs were no longer sensitive to bitterness and heat, and the initial blood sugar level was 210 mg/dl on the fifth day to 129 mg/dL.

**Conclusion:** Diabetic foot exercises can be done effectively to stabilize blood sugar levels at a time.

**Keywords:** diabetes mellitus-blood sugar-foot diabetes

81 pages + 2 pictures + 2 tables + 1 scheme + 7 attachments

**Literature:** 19-2011-2021

## PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala kasih dan berkatnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir dengan judul “Terapi Komplementer Senam Kaki Menstabilkan Kadar Gula Darah: Case Report Pasien Diabetes Mellitus Di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta”. Karya ilmiah akhir ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar Ners Keperawatan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta. Selama proses penyusunan karya tulis ilmiah ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr.Purwadi Sujatno Sp.PD.,MPH, selaku direktur Rumah Sakit Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S. Kep., Ns., M. Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS., selaku ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
3. Ibu Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS, selaku Wakil Ketua I Bidang Akademik STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Ibu Indah Prawesti, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan & Pendidikan Profesi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta.
5. Ibu Indrayanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.Kom sebagai pembimbing yang telah member waktu, ilmu serta nasihat dalam penyusunan karya ilmiah akhir ini.
6. Ibu Ns. Maria Susilo R, S.Kep selaku pembimbing klinik di Poliklinik Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.

Penulis menyadari dalam penyusunan karya ilmiah akhir ini banyak kekurangan. Untuk itu, penulis memohon saran dan kritikan yang membangun demi perbaikan selanjutnya. Semoga karya ilmiah akhir ini bermanfaat bagi pembaca dan peneliti selanjutnya.

Yogyakarta, Desember 2023

Ambar Astuti

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT .....	vi
PRAKATA.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah .....	2
C. Tujuan .....	2
BAB II TINJAUAN TEORI.....	4
A. Konsep medis diabetes mellitus.....	4
1. Definisi.....	4
2. Anatomi fisiologi .....	4
3. Etiologi.....	6
4. Manifestasi klinis.....	7
5. Patofisiologi .....	9
6. Pemeriksaan diagnostik.....	10
7. Penatalaksanaan.....	10
8. Komplikasi .....	13
B. Konsep senam kaki dapat menstabilkan kadar gula darah .....	14
C. Konsep keperawatan .....	16



1. Pengkajian.....	16
2. Diagnosa keperawatan .....	19
3. Rencana tindakan keperawatan.....	20
BAB III GAMBARAN KASUS .....	21
A. Deskripsi pasien.....	21
B. Riwayat penyakit pasien.....	21
C. Tanda gejala yang dialami pasien.....	22
D. Hasil pemeriksaan fisik .....	22
E. Hasil pemeriksaan laboratorium .....	23
F. Rencana terapi (medis dan keperawatan) .....	23
G. Hasil yang diharapkan dari rencana intervensi.....	23
H. Luaran aktual yang telah dicapai .....	24
BAB IV PEMBAHASAN .....	25
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	29
A. Kesimpulan .....	29
B. Saran .....	29
DAFTAR PUSTAKA.....	31
LAMPIRAN .....	

## DAFTAR TABEL

Table 1: Rencana Tindakan Keperawatan .....	20
Table 2: Analisa Obat .....	23
Table 3: Tabel pengukuran gula darah sewaktu.....	28

STIKES BETHESDA YAKKUM

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1: Pankreas.....	4
Gambar 2: Pulau Langerhans.....	5

STIKES BETHESDA YAKKUM

## DAFTAR SKEMA

Skema 1: patofisiologi DM .....	9
---------------------------------	---

STIKES BETHESDA YAKKUM

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Standar Operasional Prosedur

Lampiran 2: Satuan Acara Penyulahan

Lampiran 3: Poster Senam kaki

Lampiran 4: Lembar Informasi Subyek

Lampiran 5: Lembar *Informed Consent*

Lampiran 6: Lembar Observasi Intervensi

Lampiran 7: Bukti Lolos Similarity

Lampiran 8: Asuhan keperawatan

STIKES BETHESDA YAKKUM