



**IMPLEMENTASI SENAM KAKI DIABETES TERHADAP MASALAH
KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN
DIABETES MELLITUS DI RSU TANGERANG SELATAN**

KARYA TULIS ILMIAH

SITI SAFKA RIZQIYYAH

2310701066

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
2026**



**IMPLEMENTASI SENAM KAKI DIABETES TERHADAP MASALAH
KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN
DIABETES MELLITUS DI RSU TANGERANG SELATAN**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Keperawatan**

SITI SAFKA RIZQIYYAH

2310701066

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
2026**

PERNYATAAN ORISINILITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Siti Safka Rizqiyyah

NIM : 2310701066

Tanggal : 26 Mei 2026

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 26 Mei 2026

Yang Menyatakan



PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN BUATAN

Saya menyatakan bahwa dalam penyusunan Tugas Akhir ini, saya menggunakan teknologi Kecerdasan Buatan (AI) dengan platform Claude AI untuk memperbaiki tata bahasa dalam penulisan dan saya bertanggung jawab penuh atas keakuratan, orisinalitas, dan integritas seluruh isi Tugas Akhir ini.

Nama : Siti Safka Rizqiyyah

NIM : 2310701066

Tanggal : Jakarta, 26 Mei 2026

Yang Menyatakan,
Penulis



(Siti Safka Rizqiyyah)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai *civitas* akademik Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Siti Safka Rizqiyyah

NIM : 2310701066

Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan

Program Studi : Keperawatan Program Diploma Tiga

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-Exclusive Royalti Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul "Implementasi Senam Kaki Diabetes terhadap Masalah Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di RSUD Tangerang Selatan". Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan KTI saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 26 Mei 2026

Yang Menyatakan,



(Siti Safka Rizqiyyah)

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah diajukan oleh:

Nama : Siti Safka Rizqiyyah

NIM : 2310701066

Program Studi : D3 Keperawatan

Judul : Implementasi Senam Kaki Diabetes terhadap Masalah
Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes
Mellitus di RSUD Tangerang Selatan

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Jakarta, 26 Mei 2026

Ketua Penguji

Ns. Nelly Febrani, S.Kep., M.Kep.

NIP. 196502052021212001

Anggota Penguji I

Ns. Rycco Darmareja, S.Kep., M.Kep.

NIP. 199210042022031005

Anggota Penguji II

Ns. Lina Berliana Togatorop, S.Kep., M.Kep.

NIP. 198901262022032006

Mengetahui,

Dekan

FKES UPRN "Veteran" Jakarta

Dr. Sri Yuni, SST, FT, Ftr, M.Si.

NIP. 197406102021212005

Koordinator Program Studi

Keperawatan Program Diploma Tiga

Ns. Diah Tika Angemini, S.Kep., M.Kep.

NIP. 199203102019032019

IMPLEMENTASI SENAM KAKI DIABETES TERHADAP MASALAH KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI RSUD TANGERANG SELATAN

Siti Safka Rizqiyyah

Abstrak

Diabetes mellitus memiliki prevalensi yang terus meningkat. Indonesia termasuk dalam lima besar negara dengan jumlah penderita tertinggi di dunia, yaitu sekitar 19,5 juta kasus, dimana ketidakstabilan kadar glukosa darah sering menyebabkan komplikasi akut dan kronis. Senam kaki diabetes dapat membantu pengendalian glukosa darah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis implementasi senam kaki diabetes terhadap ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus di RSUD Tangerang Selatan. Penelitian menggunakan studi kasus deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan komprehensif. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi medis. Implementasi senam kaki diabetes dilakukan selama 10-20 menit per hari selama tiga hari berturut-turut. Evaluasi menunjukkan penurunan kadar glukosa darah secara konsisten. Hasil pengukuran menunjukkan penurunan dari 289 mg/dL menjadi 283 mg/dL pada hari pertama, dari 310 mg/dL menjadi 306 mg/dL pada hari kedua, dan dari 220 mg/dL menjadi 211 mg/dL pada hari ketiga, disertai berkurangnya keluhan berupa kekakuan dan kesemutan pada ekstremitas bawah. Implementasi senam kaki diabetes selama tiga hari berturut-turut efektif dalam menurunkan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus dari 289 mg/dl menjadi 211 mg/dl. Intervensi ini direkomendasikan sebagai terapi pendukung dalam pengelolaan diabetes untuk meningkatkan kontrol glikemik dan mencegah komplikasi lebih lanjut.

Kata Kunci: Diabetes, Glukosa, Implementasi, Ketidakstabilan, Senam Kaki

**IMPLEMENTATION OF DIABETIC FOOT EXERCISE FOR UNSTABLE
BLOOD GLUCOSE LEVELS IN PATIENT WITH DIABETES MELLITUS
AT RSU TANGERANG SELATAN**

Siti Safka Rizqiyyah

Abstract

Diabetes mellitus continues to have an increasing prevalence. Indonesia ranks among the top five countries with the highest number of diabetes patients in the world, with approximately 19.5 million cases, where unstable blood glucose levels frequently cause acute and chronic complications. Diabetic foot exercise can help control blood glucose levels. To analyze the implementation of diabetic foot exercise for unstable blood glucose levels in patients with diabetes mellitus at RSU Tangerang Selatan. The methods is a descriptive case study with a comprehensive nursing care approach. Data were collected through interviews, observation, physical examination, and medical documentation. Diabetic foot exercise was implemented for 10-20 minutes per day over three consecutive days. The study demonstrated consistent reduction in blood glucose levels. Measurements showed a decrease from 289 mg/dL to 283 mg/dL on the first day, from 310 mg/dL to 306 mg/dL on the second day, and from 220 mg/dL to 211 mg/dL on the third day, accompanied by reduced complaints of stiffness and tingling in the lower extremities. Implementation of diabetic foot exercise over three consecutive days is effective in reducing blood glucose levels in patients with diabetes mellitus. This intervention is recommended as supportive therapy in diabetes management to improve glycemic control and prevent further complications.

Keywords: *Diabetes, Glucose, Implementation, Instability, Foot Exercise*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Swt atas segala karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Implementasi Senam Kaki Diabetes terhadap Masalah Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di RSUD Tangerang Selatan”. Penulis menyadari bahwa keberhasilan dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Bapak Dr. Anter Venus., MA., Comm selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Ibu Dr. Sri Yani, SST.FT,Ftr, M.Si selaku Dekan Fikes UPN “Veteran” Jakarta, Ibu Ns. Diah Tika Anggraeni, S.Kep., M.Kep selaku Koordinator Program Studi Keperawatan Diploma Tiga, Ibu Ns. Lina Berliana Togatorop, S. Kep., M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, sehingga penulisan karya tulis ilmiah ini dapat berjalan dengan lancar, serta Ibu Ns. Nelly Febriani, S.Kep., M.Kep selaku Dosen Penguji 1 dan Bapak Ns. Rycco Darmareja, S.Kep., M.Kep selaku Dosen Penguji 2 yang telah memberi masukan untuk kesempurnaan karya tulis ilmiah ini. Penulis berterima kasih kepada Tn. E dan keluarga yang telah bersedia menjadi bagian dalam Karya Tulis Ilmiah ini.

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada kedua orang tua penulis yang selalu memberikan dukungan penuh serta doa yang tiada henti sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan baik. Penulis ucapkan terima kasih pada semua sahabat yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang telah memberi dukungan. Tidak lupa juga penulis berterima kasih pada diri sendiri karena telah mampu menyelesaikan proses ini. Penulis menyadari karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna, namun besar harapan semoga karya ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Jakarta, 26 Mei 2026

(Siti Safka Rizqiyah)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINILITAS	ii
PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN BUATAN	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR GRAFIK	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
 BAB 1 PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Studi Kasus.....	5
1.4 Manfaat Studi Kasus.....	5
 BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	 7
2.1 Konsep Diabetes Mellitus	7
2.2 Konsep Senam Kaki Diabetes Mellitus.....	23
2.3 Konsep Asuhan Keperawatan Diabetes Mellitus	26
2.4 Kerangka Teori.....	34
2.5 Penelitian Terdahulu.....	35
 BAB 3 METODE STUDI KASUS	 38
3.1 Desain Studi Kasus	38
3.2 Subjek Studi Kasus	38
3.3 Lokasi dan Waktu Studi Kasus.....	39
3.4 Metode Studi Kasus	39
3.5 Instrumen Studi Kasus	40
3.6 Analisis Data	41
3.7 Etika Studi Kasus	41
 BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	 43
4.1 Hasil Studi Kasus	43
4.2 Pembahasan Studi Kasus.....	65
4.3 Keterbatasan Studi Kasus.....	74
 BAB 5 PENUTUP	 75
5.1 Kesimpulan	75
5.2 Saran.....	77

DAFTAR PUSTAKA.....	79
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Standar Operasional Prosedur Senam Kaki Diabetes	25
Tabel 2. Intervensi Keperawatan Berdasarkan Teori	31
Tabel 3. Penelitian Terdahulu	35
Tabel 4. Pemeriksaan Penunjang Monitoring GDS Tn. E.....	50
Tabel 5. Pemeriksaan Laboratorium Tn. E.....	50
Tabel 6. Terapi Obat Tn. E	52
Tabel 7. Data Fokus Tn. E.....	53
Tabel 8. Analisis Data Tn. E.....	53
Tabel 9. Diagnosis Keperawatan Tn. E	55
Tabel 10. Intervensi Keperawatan Manajemen Hiperglikemia.....	56
Tabel 11. Intervensi Keperawatan Manajemen Peningkatan	57
Tabel 12. Intervensi Keperawatan Edukasi Kesehatan	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Hasil Pemeriksaan CT Scan Kepala Non Kontras	51
--	----

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Pathway Diabetes Mellitus	14
Bagan 2. Kerangka Teori.....	34
Bagan 3.Genogram Tn. E.....	45

DAFTAR GRAFIK

Grafik 1. Monitoring Glukosa Darah Sewaktu Sebelum dan Sesudah Melakukan Senam Kaki	72
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Standar Operasional Prosedur
- Lampiran 2 Satuan Acara Penyuluhan Senam Kaki Diabetes
- Lampiran 3 Media Edukasi
- Lampiran 4 Lembar Observasi
- Lampiran 5 Dokumentasi
- Lampiran 6 Lembar Pendaftaran Sidang
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Judul
- Lampiran 8 Lembar Monitoring Bimbingan
- Lampiran 9 Lembar Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 10 Hasil Uji Turnitin