



UNIVERSITAS SRIWIJAYA

LAPORAN PROFESI KEPERAWATAN KOMPREHENSIF
IMPLIKASI SENAM KAKI PADA ASUHAN KEPERAWATAN
PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II DENGAN
MASALAH KETIDAKSTABILAN
KADAR GLUKOSA DARAH

KARYA ILMIAH AKHIR

OLEH:
CITRA SHAUMA RAMADHAN, S.Kep
04062882124002

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2022

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Citra Shauma Ramadhan

NIM : 04064882124002

Dengan secharusnya menyatakan bahwa laporan komprehensif ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. Apabila di kemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Sriwijaya.

Indralaya, 11 Juni 2022

Penulis

Citra Shauma Ramadhan



**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

LEMBAR PENGESAHAN

Nama : Citra Shauma Ramadhan

NIM : 04064882124002

Judul : Implikasi Senam Kaki Pada Asuhan Keperawatan Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Dengan Masalah Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah


Laporan akhir keperawatan komprehensif ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji laporan akhir keperawatan komprehensif Program Studi Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Ners.

Indralaya, 11 Juni 2022

Pembimbing Karya Tulis Ilmiah

Sigit Purwanto, S.Kep., Ns., M.Kes.

NIP. 19750411 200212 1 002


(.....)

Penguji

Dian Wahyuni, S.Kep., Ns., M.Kes

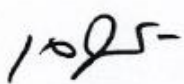
NIP. 19790709 200604 2 001


(.....)

Mengetahui,



Koordinator Program Studi Profesi Ners


Dhona Andini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP.198306082008122002

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

LEMBAR PERSETUJUAN KOMPREHENSIF STUDI KASUS

Nama : Citra Shauma Ramadhan

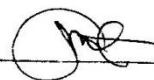
NIM : 04064882124002

Judul : Implikasi Senam Kaki Pada Asuhan Keperawatan Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Dengan Masalah Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah

Pembimbing Karya Tulis Ilmiah

Sigit Purwanto, S.Kep., Ns., M.Kes.


NIP. 19750411 200212 1 002


.....

Mengetahui,



Koordinator Program Studi Profesi Ners


Dhona Andini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP.198306082008122002

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

**Karya Ilmiah, Juni 2022
Citra Shauma Ramadhan, S.Kep**

**IMPLIKASI SENAM KAKI PADA ASUHAN KEPERAWATAN PASIEN
DIABETES MELLITUS TIPE II DENGAN MASALAH
KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH**

xiii + 93 + 9 tabel + 1 skema + 6 lampiran

ABSTRAK

Diabetes mellitus tipe 2 adalah diabetes yang paling sering ditemukan yang ditandai dengan tubuh tidak dapat menggunakan insulin dengan baik atau resisten insulin. Diabetes mellitus menyebabkan peningkatan kadar glukosa dalam darah yang melebihi batas normal atau hiperglikemia dan memunculkan gejala seperti poliuria, polidipsia, polifagia, merasa lelah, kesemutan, pandangan mata kabur, dan sebagainya. Pemberian senam kaki terbukti dapat membantu dalam menurunkan kadar glukosa darah. Tujuan dari penelitian ini untuk menggambarkan asuhan keperawatan pada pasien DM tipe 2 dengan fokus pemberian senam kaki sesuai dengan *evidence based*. Metode penulisan yang digunakan adalah metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada ketiga pasien dengan DM dan *literature review* dengan menggunakan 10 jurnal terbitan tahun 2018-2022 yang diakses melalui *google scholar* dan portal Garuda, dengan kata kunci DM tipe 2, senam kaki, dan kadar glukosa darah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga pasien memiliki keluhan utama banyak minum, banyak miksi, dan badan terasa lemas. Adapun masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah dimiliki oleh setiap pasien. Sehingga intervensi yang dilakukan yaitu manajemen hiperglikemia seperti mengidentifikasi penyebab hiperglikemia, memberikan cairan oral, dan menganjurkan diet dan olahraga dalam hal ini adalah senam kaki. Implementasi keperawatan yang dilakukan secara mandiri dan juga kolaborasi. Evaluasi keperawatan didapatkan hasil bahwa kadar glukosa darah ketiga pasien berangsur menurun sehingga masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah teratasi sebagian. Dengan melakukan senam kaki dapat membantu melancarkan dan memperbaiki sirkulasi darah pada kaki karena gerakan pada senam kaki membuat otot-otot kaki berkontraksi sehingga meningkatkan sensitivitas sel terhadap glukosa darah dengan begitu kadar glukosa darah yang tinggi akan berangsur turun karena karena terpakai oleh otot. Setelah diberikan asuhan keperawatan selama tiga hari pada ketiga pasien kelolaan didapatkan masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah dapat diatasi sebagian. Hasil *evidence based* menunjukkan bahwa senam kaki membantu mengatasi masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah.

Kata Kunci : diabetes mellitus tipe 2, senam kaki, kadar glukosa darah
Daftar Pustaka : 42 (2012-2022)

**SRIWIJAYA UNIVERSITY
MEDICAL FACULTY
NURSING STUDY PROGRAM**

*Scientific papers, June 2022
Citra Shauma Ramadhan S.Kep*

**IMPLICATIONS OF FOOT EXERCISE OF PATIENTS WITH TYPE II
DIABETES MELLITUS IN PROBLEMS OF BLOOD
GLUCOSE LEVELS INSTABILITY**

xiii + 93 + 9 tables + 1 scheme + 8 attachments

ABSTRACT

Type 2 DM is the most common type of diabetes which is characterized by the body being unable to use insulin properly or insulin resistance. DM causes an increase in blood glucose levels that exceed normal limits or hyperglycemia and causes symptoms such as polyuria, polydipsia, polyphagia, feeling tired, tingling, blurred vision, and etc. Giving foot exercises is proven to help in lowering blood glucose levels. The aim of this paper is to describe nursing care for patients with type 2 DM with a focus on providing foot exercises according to evidence based. The method is a qualitative research method with a case study approach in three patients with type 2 DM and literature review uses 10 journals published in 2018-2022 which are accessed through Google Scholar dan Portal Garuda, and keywords type 2 DM, foot exercise, and blood glucose levels. The results showed that the three patients had the main complaints of drinking a lot, urinating a lot, and feeling tired. As for nursing problems, the instability of blood glucose levels is owned by every patient. So that the intervention carried out is hyperglycemia management such as identifying the cause of hyperglycemia, giving oral fluids, and advocating diet and exercise in this case is foot exercise. The implementation is done independently and also in collaboration. The nursing evaluation showed that the blood glucose levels of the three patients gradually decreased so that the problem of blood glucose level instability was partially resolved. By doing leg exercises, it can help to swift and improve blood circulation in the legs because the movement in foot exercises makes the leg muscles contract, thereby increasing the sensitivity of cells to blood glucose so that high blood glucose levels will go down because it is used by muscles. After being given three days of nursing care in all three patients, it was found that the nursing problem of blood glucose levels instability could be partially resolve. Evidence-based results show that foot exercise helps to resolve the problem of blood glucose levels instability.

Keyword : *Type 2 diabetes mellitus, foot exercise, blood glucose levels*

References : *42 (2012-2022)*

LEMBAR PERSEMBAHAN

“... and seek help in patience and prayer” – (Q.S Al-Baqarah : 153)

Bismillahirrahmaannirrahiim

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT karena berkat karunia-Nya saya mampu menyelesaikan laporan komprehensif ini. Shalawat dan salam semoga selalu tercurahkan kepada Rasulullah SAW, keluarga, sahabat, dan para pengikutnya hingga akhir zaman.

Terima kasih banyak kepada keluargaku tercinta, Mamah, Alm. Papahku, Azmi, dan Aan karena selalu memberikan dukungan, doa, cinta, dan kasih sayang yang begitu banyak. Alhamdulillah profesi teteh bisa berjalan dengan lancar dan selesai tepat waktu. Semoga kalian bangga dengan pencapaian teteh ini. Teteh sayang papah, sayang mamah, dan sayang juga sama Azmi dan Aan!

Terima kasih juga Citra, sudah selalu bertahan dan kuat untuk berjuang bahkan hingga hari ini. Terima kasih selalu menguatkan hatimu kembali ketika kamu jatuh. Mari terus berjuang, pundak anak pertama perempuan harus selalu kuat.

Terima kasih untuk teman-teman profesi Ners angkatan 2021 Genap yang telah mengisi hari-hari selama profesi menjadi lebih berwarna. Suka dan duka, jatuh bangun menghadapi padatnya tugas dan jadwal dinas. Semoga apapun yang telah terjadi dapat menjadi pelajaran dan selalu kita kenang nantinya.

Dan yang terakhir, terima kasih juga untuk Reza yang selalu mendengarkan, memberikan saran, membuat tertawa, dan menyemangati selama perjalanan Profesi ini. Semoga selalu kamu yang menempati posisi ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas karunia dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan analisis komprehensif yang berjudul “Implikasi Keperawatan Senam Kaki Pada Asuhan Keperawatan Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Dengan Masalah Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah”. Penulisan ini dilakukan untuk memenuhi syarat mendapatkan gelar Ners di Program Studi Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung, membimbing, dan membantu penulis dalam menyelesaikan laporan ini baik secara langsung maupun tidak langsung, diantaranya:

1. Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Kepala Bagian Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
2. Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Koordinator Program Studi Profesi Ners
3. Sigit Purwanto, S.Kep., Ns., M.Kes sebagai pembimbing yang selalu meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, pengarahan, dan saran-saran yang bermanfaat dalam menyelesaikan laporan ini.
4. Dian Wahyuni, S.Kep., Ns., M.Kes sebagai penguji yang juga telah memberikan saran-saran sehingga laporan ini menjadi lebih baik
5. Seluruh dosen, Staff Administrasi, dan Keluarga Besar Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
6. Alm. Ayahanda, Ibu dan adik-adik yang penulis cintai atas dukungan dan doanya

Penulis menyadari, dalam penyusunan laporan ini masih memiliki banyak kekurangan, sehingga penulis pun ingin mengucapkan banyak terima kasih karena mendapatkan banyak bantuan, bimbingan, dan saran baik lisan atau tertulis dari pembimbing dan juga penguji. Hasil laporan analisis komprehensif ini diharapkan dapat dijadikan referensi dalam penerapan asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus tipe II yang mengalami masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah.

Palembang, Juni 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN KOMPREHENSIF STUDI KASUS	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
LEMBAR PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR SKEMA	xi
LAMPIRAN	xii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan.....	4
C. Manfaat Penulisan.....	5
D. Metode Penulisan.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Diabetes Mellitus.....	7
1. Pengertian Diabetes Mellitus.....	7
2. Etiologi.....	7
3. Patofisiologi.....	9
4. <i>Web of Cause</i>	11
5. Manifestasi.....	12
6. Diagnosa Medis.....	13
7. Pemeriksaan Penunjang.....	14
8. Penatalaksanaan Medis.....	15
9. Penatalaksanaan Keperawatan.....	18
10. Komplikasi.....	19
11. Prognosis.....	20

B. Konsep Asuhan Keperawatan Diabetes Mellitus	21
1. Pengkajian	21
2. Diagnosis Keperawatan	24
3. Intervensi Keperawatan	25
C. Senam Kaki	28
1. Definisi	28
2. Tujuan.....	28
3. Indikasi dan Kontraindikasi.....	28
4. Langkah-langkah Senam Kaki	29
D. Penelitian Terkait	31
BAB III GAMBARAN ASUHAN KEPERAWATAN	
A. Gambaran Hasil Pengkajian	42
B. Gambaran Hasil Diagnosis Keperawatan	54
C. Gambaran Hasil Intervensi Keperawatan	56
D. Gambaran Hasil Implementasi dan Evaluasi Keperawatan	58
BAB IV PEMBAHASAN	
A. Pembahasan Kasus pada Ketiga Pasien Kelolaan	78
1. Pengkajian Kasus	78
2. Diagnosis Keperawatan	81
3. Intervensi Keperawatan	82
4. Implementasi Keperawatan	83
5. Evaluasi Keperawatan	86
B. Implikasi Keperawatan	86
C. Dukungan dan Hambatan Selama Profesi	89
BAB V PENUTUP	
A. Simpulan	90
B. Saran	90
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kadar Glukosa Darah.....	14
Tabel 2.2 Dosis Pemberian Insulin Basal	18
Tabel 2.3 Intervensi Keperawatan.....	25
Tabel 2.4 <i>Evidence Based</i>	31
Tabel 3.1 Gambaran Hasil Pengkajian Keperawatan.....	42
Tabel 3.2 Gambaran Hasil Diagnosis Keperawatan	54
Tabel 3.3 Gambaran Hasil Intervensi Keperawatan	56
Tabel 3.4 Gambaran Hasil Implementasi dan Evaluasi Keperawatan	58
Tabel 4.1 Daftar Masalah Keperawatan pada Ketiga Pasien Kelolaan.....	82
Tabel 4.2 Pelaksanaan Senam Kaki	89

DAFTAR SKEMA

2.1 Pohon Masalah Diabetes Mellitus.....	11
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Manuskrip

Lampiran 2 Asuhan Keperawatan pada Ketiga Pasien Kelolaan

Lampiran 3 SOP Senam Kaki

Lampiran 4 Dokumentasi

Lampiran 5 Lembar Konsultasi

Lampiran 6 Jurnal Pendukung Penerapan Intervensi Pasien

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Citra Shauma Ramadhan, S.Kep
Tempat Tanggal Lahir: Palembang, 10 Januari 1999
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Anak Ke : 1 dari 3 bersaudara
Orang Tua :
 Ayah : Ramdhan Kardimansyah, S.H (Alm)
 Ibu : Indri Yani
Saudara : 1. Dhia Azmi An-nisa
 2. Muhammad Farhan Dzikrullah
Alamat : Taman Lopang Indah Blok FU 26 No. 8 RT/RW 06/13
 Kelurahan Unyur Kecamatan Serang Serang, Banten
 42113
Email : citrashmr10@gmail.com
Riwayat Pendidikan :
 - TK Putra II Kota Serang (2003-2004)
 - SD Negeri 16 Kota Serang (2004-2010)
 - MTs Negeri 1 Kota Serang (2010-2013)
 - MA Negeri 2 Kota Serang (2013-2016)
 - Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas
 Sriwijaya (2016-2021)
 - Program Studi Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
 (2021-2022)

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes mellitus (DM) adalah suatu penyakit kronis yang terjadi karena adanya gangguan metabolik dan ditandai dengan adanya kerusakan sekresi dan/atau kerja insulin oleh sel beta pankreas. Diabetes menyebabkan peningkatan kadar glukosa dalam darah yang melebihi batas normal atau hiperglikemia. Diabetes mellitus tipe 2 adalah diabetes yang paling sering ditemukan yang ditandai dengan tubuh tidak dapat menggunakan insulin dengan baik atau resisten insulin (Prabawati, Sari, & Yohanes, 2021).

Menurut Kemenkes (2020) berdasarkan hasil analisis dari IDF atau *International Diabetes Federation* pada tahun 2019 diperkirakan setidaknya ada 463 juta orang (9,3%) dengan rentang usia 20-79 tahun yang mengidap diabetes di seluruh dunia. Indonesia menempati posisi ke-7 dari 10 negara yang memiliki penderita diabetes dengan jumlah tertinggi pada tahun 2019 dengan jumlah penderita diabetes mellitus sebesar 10,7 juta jiwa. Sedangkan untuk wilayah Asia Tenggara, Indonesia menempati peringkat ke-3 dengan prevalensi sebesar 11,3%.

Berdasarkan Kemenkes RI (2020), didapatkan prevalensi diabetes mellitus menurut hasil pemeriksaan gula darah meningkat dari 6,9% pada tahun 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018. Hal ini menunjukkan bahwa baru sekitar 25% penderita diabetes yang menyadari akan penyakitnya. Temuan lain didapatkan bahwa kejadian diabetes juga semakin berisiko ketika semakin bertambahnya usia, dengan angka kejadian terbanyak berada pada rentang usia 55-64 tahun.

Hampir semua provinsi di Indonesia mengalami peningkatan prevalensi diabetes mellitus dengan 4 provinsi dengan angka kejadian tertinggi ada pada Provinsi DI Yogyakarta, DKI Jakarta, Sulawesi Utara, dan Kalimantan Timur. Adapun prevalensi diabetes mellitus untuk Provinsi Sumatera Selatan mengalami kenaikan sebesar 0,3% pada tahun 2018 menjadi 1,3% dari 1% di tahun 2013. Selain itu, menurut data dari Badan Pusat Statistik Sumatera

Selatan pada tahun 2021, jumlah kasus diabetes mellitus di Sumatera Selatan memang selalu mengalami peningkatan setiap tahunnya dan pada tahun 2021 jumlah kasus diabetes mellitus mencapai 279.345 jiwa.

Peningkatan angka kejadian diabetes mellitus diikuti dengan peningkatan komplikasi yang timbul secara akut dan kronik. Komplikasi akut diabetes mellitus terjadi akibat ketidakseimbangan jangka pendek dalam glukosa darah berupa penderita mengalami hipoglikemia lalu tidak sadarkan diri secara tiba-tiba atau disebut koma diabetikum, ketoasidosis diabetik (DKA), dan sindrom hiperglikemik hiperosmolar non ketotik. Sedangkan komplikasi kronik biasanya muncul setelah 10-15 tahun sejak didiagnosa diabetes mellitus yang ditandai dengan adanya gangguan makrovaskular yang dapat terjadi pada sirkulasi koroner, vaskular perifer, dan vaskular serebral. Kemudian dapat ditemukan gangguan mikrovaskular seperti kelainan pada ginjal atau nefropati, mata atau retinopati, dan penyakit neuropatik yang menunjang munculnya masalah seperti impotensi dan ulkus pada kaki (Anani, 2012; dikutip Ratnawati, Adyani, & Fitroh, 2019).

Pengelolaan penyakit diabetes mellitus memerlukan peran berbagai tenaga kesehatan salah satunya adalah perawat. Perawat sangat berperan dalam mempengaruhi kesehatan pasien sehingga pasien dapat mencapai peningkatan derajat kesehatan (Anggraeni, Widayati, & Sutawardana, 2020). Asuhan keperawatan yang diberikan dalam pemenuhan kebutuhan pasien hingga tercapainya keoptimalan pada keadaan bio-psiko-sosio dan spiritual berdasarkan proses pengkajian, perumusan diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi (Suryadi, 2013). Adapun masalah keperawatan yang lazim muncul pada pasien dengan diabetes mellitus tipe 2 antara lain ketidakstabilan kadar glukosa darah, gangguan integritas kulit, perfusi perifer tidak efektif, hipovolemia, defisit nutrisi, dan risiko infeksi (Nurafif & Kusuma, 2016).

Masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah menjadi masalah keperawatan yang lazim ditemui pada penderita diabetes mellitus yang ditandai dengan adanya peningkatan kadar glukosa dalam darah, pasien mengeluh lelah atau lesu, merasa haus, jumlah urin meningkat, dan mulut

kering (Tim Pokja PPNI SDKI, 2016). Upaya dalam pengendalian kadar glukosa darah ini tidak hanya dilakukan secara farmakologis saja. Menurut PERKENI (2021) terdapat empat pilar utama penatalaksanaan diabetes mellitus yaitu edukasi, terapi nutrisi, latihan fisik, dan farmakologi. Program latihan fisik dapat dilakukan secara teratur selama 3 -5 hari dalam seminggu dengan durasi latihan 30 – 45 menit dan jeda antar latihan tidak lebih dari 2 hari berturut-turut. Latihan fisik yang dimaksud pun juga bukan seperti kegiatan sehari-hari, melainkan latihan fisik aerobik yang mampu menjaga kebugaran, menurunkan berat badan, dan juga memperbaiki sensitivitas insulin.

Latihan fisik merupakan salah satu intervensi yang dapat dilakukan secara mandiri oleh perawat. Latihan fisik memiliki peran penting dalam pengaturan glukosa darah senam kaki merupakan salah satu latihan fisik yang dapat dilakukan oleh penderita diabetes mellitus tipe 2. Senam kaki adalah gerakan-gerakan yang dilakukan oleh kedua kaki secara bergantian atau juga bersamaan untuk memperkuat dan melenturkan otot-otot di daerah tungkai bawah terutama pada kedua pergelangan kaki (Darmayanti, 2015).

Turunnya kemampuan pengambilan insulin pada penderita diabetes tipe 2 mengakibatkan ketidakmampuan insulin untuk mengangkut glukosa ke sel, tetapi dengan melakukan latihan fisik seperti senam kaki secara rutin akan meningkatkan permeabilitas membran terhadap glukosa dan menurunkan resistensi insulin akibat adanya kontraksi otot tersebut (Sinaga, 2012; dalam Salihun, Idris, & Ariyandi, 2022).

Terjadinya peningkatan penggunaan glukosa oleh otot yang aktif ketika berolahraga akan mengakibatkan penurunan kadar glukosa darah karena simpanan glukosa dipecah menjadi energi. Metabolisme tubuh pun terjadi karena kalori yang terbakar oleh latihan fisik, sehingga dapat menurunkan berat badan dan membantu mengontrol kadar glukosa darah. Dengan berolahraga membantu dalam penurunan kadar kolesterol LDL dan trigliserida 4, serta peningkatan kadar kolesterol HDL dalam darah, sehingga risiko komplikasi penyakit kardiovaskular pun dapat menurun (Hardika, 2018).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan bersama perawat ruangan Komerling 1.2 RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang, jumlah pasien diabetes mellitus selalu mengalami peningkatan setiap bulannya dengan jumlah kasus perbulan bisa mencapai 30-50 kasus dan keluhan yang paling sering muncul pada pasien diabetes mellitus adalah ketidakstabilan kadar glukosa darah dan mati rasa terutama di telapak kaki dan tangan. Asuhan keperawatan yang paling sering diberikan berupa tindakan kolaboratif yaitu pemberian insulin. Oleh sebab itu, penulis tertarik untuk mengambil judul “Implikasi Senam Kaki pada Asuhan Keperawatan Pasien Diabetes Mellitus Tipe II dengan masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah” untuk dibahas secara komprehensif dalam mengatasi masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk menggambarkan pelaksanaan praktik asuhan keperawatan pada pasien dengan diabetes mellitus tipe 2 di Ruang Komerling 1.2 RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk memberikan gambaran pengkajian pada pasien diabetes mellitus tipe 2.
- b. Untuk memberikan gambaran diagnosis keperawatan pada pasien diabetes mellitus tipe 2.
- c. Untuk memberikan gambaran rencana asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus tipe 2.
- d. Untuk memberikan gambaran implementasi keperawatan pada pasien diabetes mellitus tipe 2.
- e. Untuk memberikan gambaran evaluasi keperawatan pada pasien diabetes mellitus tipe 2.
- f. Untuk menganalisis implikasi dari *evidence based* senam kaki.

C. Manfaat Penulisan

Hasil karya ilmiah diharapkan dapat digunakan sebagaimana mestinya dalam lingkup keperawatan

1. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Pembuatan laporan ini memberikan pengalaman baru bagi penulis dan meningkatkan pengetahuan dalam pelaksanaan asuhan keperawatan pasien diabetes mellitus tipe 2.

2. Bagi Instansi Pendidikan

Sebagai sumber referensi dan bacaan yang diharapkan dapat berguna bagi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

3. Bagi Profesi Perawat

Menjadi referensi baru dan panduan dalam pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 dengan melakukan senam kaki untuk mengatasi peningkatan kadar gula darah.

4. Bagi Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2

Memberikan informasi kepada pasien dan juga keluarga tentang teknik nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk mengatasi peningkatan kadar gula darah dengan melakukan senam kaki.

D. Metodologi Penulisan

Laporan kasus ini menggunakan metode kualitatif studi kasus pada ketiga pasien kelolaan dan *literature review* dengan tahapan proses sebagai berikut:

1. Menganalisis teori melalui studi literatur untuk mendapatkan pemahaman dengan seksama terkait masalah pada pasien dan asuhan keperawatan yang mungkin diberikan.
2. Menentukan tiga pasien kelolaan dengan kriteria yaitu pasien dengan diabetes mellitus tipe 2 di RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang dan pasien yang kooperatif melakukan senam kaki hingga selesai.
3. Melakukan penyusunan format asuhan keperawatan yang tersusun atas pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi keperawatan,

implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan berdasarkan ketentuan yang berlaku di Stase Keperawatan Medikal Bedah.

4. Dalam menegakkan diagnosis keperawatan berdasarkan panduan buku SDKI (Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia), sedangkan tujuan dan hasil berdasarkan buku SLKI (Standar Keperawatan Indonesia), dan intervensi keperawatan berdasarkan buku SIKI (Standar Intervensi Keperawatan Indonesia) dan *evidence based practice* (EPB) berupa jurnal yang diakses melalui internet seperti *google scholar* dan portal garuda dengan kata kunci diabetes mellitus tipe 2, senam kaki, kadar glukosa darah dengan kriteria inklusi telaah jurnal ini adalah artikel terbitan tahun 2018-2022 yang dapat diakses *full text*, dan merupakan jurnal artikel publikasi.
5. Mengaplikasikan asuhan keperawatan pada pasien dari melakukan pengkajian sampai pasien direncanakan pulang dan hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, N. C., Widayati, N., & Sutawardana, J. H. (2020). Peran Perawat sebagai Edukator terhadap Persepsi Sakit pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Kabupaten Jember. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 6(1), 66–76.
- Arif, T. (2020). Peningkatan Vaskularisasi Perifer dan Pengontrolan Glukosa Klien Diabetes Mellitus Melalui Senam Kaki. *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 7(1), 082-088.
- Asniati, A., Hasana, U., Indrawati, F., & Putra, I. D. (2021). Motivasi Kesembuhan Berhubungan dengan Kepatuhan Minum Obat pada Pasien Tb Paru. *Jurnal Ilmiah Permas Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11(2), 461-468.
- Baradero, M. (2015). *Seri Asuhan Keperawatan: Klien Gangguan Hati*. Jakarta: EGC.
- Barros, C., & Arofiati, F. (2020). Pengaruh Edukasi Senam Kaki Diabetes Mellitus Berbahasa Tetum Terhadap Sirkulasi Ekstremitas Bawah Dan Kadar Gula Darah Sewaktu Di Centru Saude Comoro, Dili, Timor Leste. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 5(1), 16-24.
- Brunner & Suddarth. (2016). *Keperawatan Medikal Bedah, Ed 8 Vol 3*. Jakarta: EGC.
- Budiono. 2015. *Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta : Bumi Medika
- Dalimartha, S., (2015), *Ramuan Tradisional Untuk Pengobatan Diabetes Melitus*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Darmayanti, D. (2015). *Diabetes Mellitus & Penatalaksanaan Keperawatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Doenges, E. M. (2014). *Rencana Asuhan Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Fadhilah, M. (2016). Gambaran Tingkat Risiko dan Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Risiko Diabetes Mellitus Tipe 2 di Buaran, Serpong. *Jurnal Kedokteran Yarsi*, 24(3), 186-202.

- Hardika, BD (2018). Penurunan gula darah pada pasien diabetes melitus tipe II melalui senam kaki diabetes. *Medisain* , 16 (2), 60-66.
- Hariawan H, Fathoni A, Purnamawati D. Hubungan gaya hidup (pola makan dan aktivitas fisik) dengan kejadian diabetes melitus di Rumah Sakit Umum Provinsi NTB. *Jurnal Keperawatan terpadu*. 2019; 1(1):1-6.
- Herdianti, H. (2017). Determinan Kualitas Hidup Penderita DM Tipe 2 di RSUD Ajjappange. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 2(1), 74-80.
- Hestiana, D. W. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan dalam pengelolaan diet pada pasien rawat jalan diabetes mellitus tipe 2 di Kota Semarang. *JHE (Journal of Health Education)*, 2(2), 137-145.
- Isselbacher, dkk. (2012). *Harrison Prinsip-prinsip Ilmu Penyakit Dalam*, Alih Bahasa Asdie Ahmad H., Edisi 13. Jakarta: EGC.
- Istianah, I., Haerunnisa, H., & Hapipah, H. (2022). Senam Kaki Diabetik dengan Latihan Fisik Harvard Test Berpengaruh terhadap Pendrunan Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Ilmiah Permas Jurnal Ilmia*.
- Kemenkes RI. (2020). *Infodatin: Tetap Produktif, Cegah, dan Atasi Diabetes Melitus*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kistianita, A. N., Yunus, M., & Gayatri, R. W. (2018). Analisis faktor risiko diabetes mellitus tipe 2 pada usia produktif dengan pendekatan WHO stepwise step 1 (core/inti) di Puskesmas Kendalkerep Kota Malang. *Preventia: The Indonesian Journal of Public Health*, 3(1), 85-108.
- Kurniawaty, E. (2018). *Hubungan Obesitas Dengan Diabetes Melitus Tipe-2 Melalui Varian Pro12pro Gen PPAR γ 2* (Doctoral dissertation, Universitas Andalas).
- Longo DL, Kasper DL, Jameson JL, Fauci AS, Hauser SL, Loscalzo J 2012. *Harrison's Principle of Internal Medicine*, McGraw-Hill Companies Inc, USA.

- Mulianingsih, M., Bahtiar, H., & Nurmayani, W. (2021). Penurunan Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Dengan Senam Kaki Puskesmas Ubung Lombok Tengah. *Jurnal LENTERA* , 1 (1), 1-7.
- Nuraeni, N., & Arjita, IPD (2019). Pengaruh Senam Kaki Diabet Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II. *Jurnal Kedokteran* , 3 (2), 618-627.
- Nurafif, A. H., & Kusuma, H. (2016). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda Nic Noc*. Yogyakarta: Mediaction.
- Nuraini HY, Supriatna R. Hubungan pola makan, aktivitas fisik dan riwayat penyakit keluarga terhadap diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 2019; 5(1):5-13.
- Prabawati, D., Sari, P., & Neonbeni, Y. (2021). Pendidikan Kesehatan Tentang Perawatan Dan Senam Kaki Pada Pasien Diabetes. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(3), 624-630.
- Price, S. A., & Wilson, L. M. (2015). *Patofisiologi: Konsep Klinis Proses Penyakit, Ed. 6 Vol. 1. Alih Bahasa: Pendit, B. U., et al. Editor Hartanto, H.* Jakarta: EGC.
- Putra, I. W. A., & Berawi, K. N. (2019). Empat Pilar Penatalaksanaan Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Majority*, 4(9).
- Ratnawati, D., Adyani, SAM, & Fitroh, A. (2019). Pelaksanaan senam kaki mengendalikan kadar gula darah pada lansia Diabetes Melitus di Posbindu Anyelir Lubang Buaya. *JURNAL ILMIAH KESEHATAN MASYARAKAT Media Komunika*
- Ruben, G., Rottie, J., & Karundeng, M. (2016). Pengaruh Senam Kaki Diabetes Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Enemawira. *Jurnal Keperawatan*, 4(1).
- Salihun, S., Idris, I., & Ariyandi, A. (2022). Perbandingan Efektivitas BAE dengan Senam Kaki Terhadap Sirkulasi Darah Perifer dan Kadar

- Glukosa Darah pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Kesehatan, 10(1)*.
- Smeltzer & Bare. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner Suddarth Edisi 8*. Jakarta: EGC.
- Tim Pokja SDKI. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*. Jakarta: PPNI.
- Tim Pokja SIKI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Jakarta: PPNI.
- Tim Pokja SLKI. (2016). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia*. Jakarta: PPNI.
- Tim Penyusun Revisi, PERKENI. (2019). *Pedoman Terapi Insulin pada Pasien Diabetes Melitus 2019*. Jakarta: PB PERKENI.
- _____. (2021). *Pedoman pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 di Indonesia 2021*. Jakarta: PB. PERKENI.
- Wibisana, E., & Sofiani, Y. (2017). Pengaruh Senam Kaki Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Di Rsu Serang Provinsi Banten. *Jurnal Jkft*, 2 (2), 107-114.
- Widiyono, W., Suwarni, A., Winarti, W., & Dewi, T. K. (2021). PENGARUH SENAM KAKI DIABETES MELITUS TERHADAP TINGKAT KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2. *Jurnal Wacana Kesehatan, 6(2)*, 85-91.
- Widiyono, W., Suwarni, A., Winarti, W., & Dewi, T. K. (2021). PENGARUH SENAM KAKI DIABETES MELITUS TERHADAP TINGKAT KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2. *Jurnal Wacana Kesehatan, 6(2)*, 85-91.
- Wijaya, A. S., & Putri, Y. M. (2013). *KMB 2 Keperawatan Medikal Bedah Keperawatan Dewasa Teori dan Contoh Askep*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Yulita, RF, Waluyo, A., & Azzam, R. (2019). Pengaruh Senam Kaki terhadap Penurunan Skor Neuropati dan Kadar Gula Darah pada Pasien DM

Tipe 2 di Persadia RS. TK. II. Dustira Cimahi. *Jurnal Telenursing (JOTING)*, 1 (1).