

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN SENAM DIABETES TERHADAP PENURUNAN
KADAR GLUKOSA DARAH PADA TN.D DENGAN
DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RT 05 RW 03
TEGALHARJO KOTA SURAKARTA



Diajukan untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan

Program Studi Keperawatan

ESTI MEYKEWATI

NIM : B2014033

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH SURAKARTA

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

2017

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN SENAM DIABETES TERHADAP PENURUNAN
KADAR GLUKOSA DARAH PADA TN.D DENGAN
DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RT 05 RW 03 TEGALHARJO
KOTA SURAKARTA**

KARYA TULIS ILMIAH

Disusun untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan

Pada Program Studi Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta

Disusun Oleh

ESTI MEYKEWATI

NIM : B2014033

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN AISYIYAH SURAKARTA

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

2017

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa KTI dengan judul :

**PENERAPAN SENAM DIABETES TERHADAP PENURUNAN KADAR
GLUKOSA DARAH PADA TN.D DENGAN DIABETES MELITUS TIPE 2
DI RT 05 RW 03 KELURAHAN TEGALHARJO KOTA SURAKARTA**

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Progam Studi Keperawatan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari KTI yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan di lingkungan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan KTI ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 06 Juli 2017

Esti Meykewati

NIM : B20014033

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademi STIKES ‘AISYIAH Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Esti Meykewati

NIM : B201403

Jenis Karya : KTI

Judul : **PENERAPAN SENAM DIABETES TERHADAP PENURUNAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA TN.D DENGAN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RT 05 RW 03 TEGALHARJO KOTA SURAKARTA**

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive-Free Right*) kepada STIKES ‘Aisyiyah Surakarta atas karya tulis ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. STIKES ‘Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (data base), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Dengan pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Surakarta

Pada tanggal : 06 Juli 2017

Yang menyatakan

(EstiMeykewati)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan Karya Tulis Imiah dengan judul :” **PENERAPAN SENAM DIABETES TERHADAP PENURUNAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA TN.D DENGAN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RT 05 RW 03 TEGALHARJO KOTA SURAKARTA**” telah diterima dan disetujui untuk diajukan dan dipertahankan dalam Ujian Akhir Progam Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta Tahun Akademik 2016/2017.

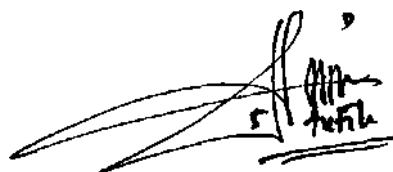
Surakarta, 06 Juli 2017

Pembimbing I



(Mulyaningsih, S.Kep,Ns,.M.Kep)

Pembimbing II



(Sri Hartutik, S.Kep,Ns,.M.Kes)

PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :”Penerapan Senam Diabetes Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada Tn.D Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Rt 05 Rw 03 Kelurahan Tegalharjo Kota Surakarta ” telah diuji dan disahkan oleh tim penguji sebagai syarat menyelesaikan Progam Pendidikan Diploma Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Asiyah Surakarta, pada :

Hari/Tanggal : Rabu, 12 Juli 2017

Tempat : STIKES ‘Asiyah Surakarta

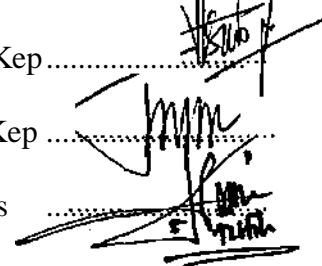
TIM PENGUJI :

TANDA TANGAN

Penguji utama : Tri Susilowati, S.Kep,Ns,.M.Kep

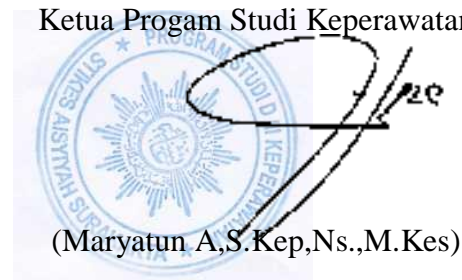
Penguji pendamping I : Mulyaningsih, S.Kep,Ns,.M.Kep

Penguji pendamping II : Sri Hartutik, S.Kep,Ns,.M.Kes



Mengetahui,

Ketua Progam Studi Keperawatan



(Maryatun A,S.Kep,Ns.,M.Kes)

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat, karunia, dan hidayah-Nya, sholawat serta salam selalu tercurahkan pada junjungan kita Rosulullah Muhammad SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Karya Ilmiah dengan judul “Penerapan Senam Diabetes Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada Tn.D Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Rt 05 Rw 03 Tegalarjo Kota Surakarta” Laporan ini diajukan dan disusun guna memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan Pendidikan Diploma Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah Surakarta. Penulis menyadari sepenuhnya adanya kekurangan yang ada dalam penyusunan laporan ini. Terwujudnya Karya Tulis ini tentunya tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, maka pada kesempatan ini perkenankanlah penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Mulyaningsih, S.Kep,Ns.,M.Kep selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta dan selaku pembimbing I yang dengan penuh kesabaran telah meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga untuk membimbing penulis dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Maryatun A,S.Kep,Ns.,M.Kes selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.

3. Sri Hartutik, S.Kep,Ns,.M.Kes selaku pembimbing II dengan penuh kesabaran telah meluangkan waktu pikiran, dan tenaga untuk membimbing penulis dalam penyelesaian Karya Tulis ini.
4. Pasien dan keluarga pasien yang sangat kooperatif dalam memberikan informasi kepada penulis, sehingga penulis dapat melaksanakan Asuhan Keperawatan dan mendapatkan informasi untuk menyelesaikan Karya Tulis ini.
5. Ayah Ibuku tercinta yang selalu mengiringi doa yang tulus dan penuh harapan dan selalu memberikan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas ini.
6. Teman-teman satu angkatan yang selalu kompak dan selalu setia konsul kepada dosen.
7. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan laporan ini. Penulis berharap semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam laporan Karya Tulis Ilmiah ini, oleh kaena itu penulis mengharapkan kritik yang bersifat membangun demi kesempurnaan laporan Karya Tulis Ilmiah ini.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Surakarta, 07 Juli 2015

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Sampul Depan.....	i
Halaman Sampul Dalam dan Prasyarat Gelar	ii
Halaman Persyaratan Keaslian.....	iii
Halaman Pernyataan Publikasi	iv
Halaman Persetujuan.....	v
Halaman Pengesahan Penguji	vi
Halaman Kata Pengantar.....	vii
Halaman Abstrak.....	viii
Halaman Abstract.....	ix
Halaman Daftar Isi	x
Halaman Daftar Tabel	xii
Halaman Daftar Lampiran.....	xiii

BAB I PENDAHULUAN

a. Latar Belakang Masalah	1
b. Rumusan Masalah.....	5
c. Tujuan Penelitian	5
d. Manfaat Penelitian.....	6

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Diabetes Melitus.....	7
1) Definisi	7
2) Etiologi	8
3) Patofisiologi	9
4) Klasifikasi.....	10
5) Manifestasi Klinis.....	12
6) Faktor Resiko.....	14
7) Penatalaksanaan.....	17
8) Komplikasi.....	21
9) Kriteria Diagnosis.....	22

10) Macam-macam Tes Glukosa Darah	23
B. SENAM DIABETES	
1) Definisi	23
2) Prinsip Senam Diabetes.....	24
3) Gerakan Senam Diabetes	25
4) Manfaat Senam Diabetes.....	27
5) Resiko Senam Diabetes.....	30
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian	31
B. Subyek penelitian	31
C. Fokus Studi.....	32
D. Definisi Operasional.....	32
E. Tempat dan Waktu Penelitian.....	33
F. Pengumpulan Data.....	33
G. Cara pengolahan Data	34
H. Penyajian Data	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	35
B. Pembahasan.....	37
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	45
B. Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2. 1 Kriteria Diagnosis DM	22
3. 1 Definisi Operasional	32
4. 1 Hasil Pengukuran Kadar Glukosa Darah.....	36

DAFTAR LAMPIRAN

1. Jadwal Kegiatan
2. Surat Ijin Penelitian
3. Informasi dan Pernyataan Persetujuan (*Informed Consent*)
4. Lembar Konsul
5. SAP
6. Leaflet
7. Daftar Riwayat Hidup