

**EDUKASI SENAM KAKI TERHADAP PERUBAHAN KADAR  
GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS  
TIPE 2 DENGAN MEDIA VIDEO**

**LAPORAN TUGAS AKHIR**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Program  
Studi Diploma Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**BENNY TRI AFANDI  
B2019012**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2022**

**EDUKASI SENAM KAKI TERHADAP PERUBAHAN KADAR  
GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS  
TIPE 2 DENGAN MEDIA VIDEO**

**LAPORAN TUGAS AKHIR**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Program  
Studi Diploma Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**BENNY TRI AFANDI  
B2019012**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2022**

## **PERNYATAAN KEASLIAN**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tugas akhir dengan judul :

### **EDUKASI SENAM KAKI TERHADAP PERUBAHAN KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DENGAN MEDIA VIDEO**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh apa yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Tugas Akhir yang sudah dipublikasikan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya di Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun Perguruan Tinggi atau instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Tugas Akhir ini hasil dari jiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan dan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 7 Juli 2022



**BENNY TRI AFANDI**  
NIM : B2019012

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Project Akhir dengan judul :

### **EDUKASI SENAM KAKI TERHADAP PERUBAHAN KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DENGAN MEDIA VIDEO**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Project Akhir Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta,22 Juli 2022

Pembimbing



Mulyaningsih, S.Kep.Ns, M.Kep  
NIDN. 0007047310

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan



Tri Susilowati, S.Kep. Ns.,M. Kep  
NIDN. 06210182

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Project akhir dengan judul :

**EDUKASI SENAM KAKI TERHADAP PERUBAHAN KADAR GULA  
DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DENGAN  
MEDIA VIDEO**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Project Akhir Program Studi  
Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah surakarta.

Surakarta, 22 Juli 2022

Pembimbing



Mulyaningsih, S.Kep.Ns, M.Kep

NIDN. 0007047310

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan



Tri Susilowati, S.Kep. Ns., M. Kep

NIDN. 0621018203

**PENGESAHAN PENGUJI**

Project Akhir dengan Judul :

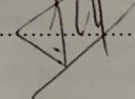
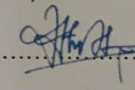
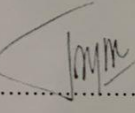
**EDUKASI SENAM KAKI TERHADAP PERUBAHAN KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DENGAN MEDIA VIDEO**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Project akhir ini telah diujikan pada sidang tanggal 29 Juli 2022 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai project akhir pada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 29 Juli 2022

Mengesahkan,

Penguji :

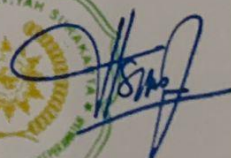
1. Anjar Nurrohmah, S.Kep. Ns., M. Kep (.....)  
NIDN. 0602128201
2. Dewi Kartika Sari, S.Kep. Ns., M.Kep (.....)  
NIDN. 0617068001
3. Mulyaningsih, S.Kep.Ns, M.Kep (.....)  
NIDN. 0007047310

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

  
Sri Kustiyati, SST, M.Keb  
NIDN.0610077701

Kaprodi Diploma III Keperawatan

  
Tri Susilowati, S.Kep. Ns., M. Kep.  
NIDN. 0621018203

## **EDUKASI SENAM KAKI TERHADAP PERUBAHAN KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DENGAN MEDIA VIDEO**

Benny Tri Afandi, Mulyaningsih  
[benyafandy06@gmail.com](mailto:benyafandy06@gmail.com)  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

### **INTISARI**

**Latar belakang :** Diabetes Melitus Tipe 2 merupakan penyakit tidak menular yang prevalensinya cenderung meningkat. Diabetes melitus adalah suatu penyakit kronis yang disebabkan ketika tubuh tidak efektif dalam menggunakan insulin yang dihasilkan atau pankreas tidak dapat menghasilkan cukup insulin, sehingga timbul peningkatan kadar gula dalam darah yang dikenal sebagai hiperglikemia. Pengelolaan kaki diabetes dapat di bagi menjadi dua kelompok yaitu pencegahan primer dan sekunder. Senam kaki diabetik merupakan kegiatan yang dilakukan untuk melancarkan peredaran darah, memperkuat otot-otot kecil dan mencegah terjadinya luka pada kaki. **Tujuan :** diharapkan pemberian terapi senam kaki bermanfaat untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2. **Kesimpulan :** Tersusunnya media edukasi video pendidikan senam kaki diabetes Yang efektif dan mudah dipahami oleh masyarakat khususnya penderita Diabetes Mellitus Tipe II dan video ini dapat diterapkan mandiri di rumah sebagai alternatif pilihan terapi nonfarmakologis untuk menurunkan kadar gula darah pada penderita Diabetes Mellitus Tipe II.

**Kata kunci :** Diabetes, Senam Kaki, Media Video

**EDUCATION OF LEGS EXERCISE TOWARDS CHANGES IN BLOOD SUGAR LEVELS IN TYPE 2 DIABETES MELLITUS WITH VIDEO MEDIA**

Benny Tri Afandi, Mulyaningsih  
[benyafandy06@gmail.com](mailto:benyafandy06@gmail.com)  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

**SUMMARY**

**Background :** Type 2 Diabetes Mellitus is a non-communicable disease whose prevalence tends to increase. Diabetes mellitus is a chronic disease caused when the body is ineffective in using the insulin it produces or the pancreas cannot produce enough insulin, resulting in an increase in blood sugar levels known as hyperglycemia. Management of diabetic foot can be divided into two groups, namely primary and secondary prevention. Diabetic foot exercise is an activity carried out to improve blood circulation, strengthen small muscles and prevent injuries to the feet. **Objective:** it is hoped that the provision of foot exercise therapy is useful for reducing blood sugar levels in type 2 diabetes mellitus patients. **Conclusion:** Compilation of educational media for diabetes foot exercise education videos that are effective and easy to understand by the public, especially patients with Type II Diabetes Mellitus and this video can be applied independently in home as an alternative choice of non-pharmacological therapy to reduce blood sugar levels in patients with Type II Diabetes Mellitus.

**Key words :** Diabetes, Foot Gymnastics, Video Media



## KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita semua, sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang berjudul “Edukasi Senam Kaki Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Dengan Media Video”.Laporan ini disusun dan diajukan guna memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan Diploma III Keperawatan di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Komunikasi, Informasi, Edukasi (KIE) ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa disebutkan satu-persatu. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan penghargaan dan terimakasih kepada :

1. Ibu Riyani Wulandari, S. Kep., Ns., M. Kep selaku rector Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan kesempatan dalam menyusun laporan tugas akhir ini.
2. Ibu Sri Kustiyati, SST, M.Keb selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan sarana untuk menyusun laporan tugas akhir ini.
3. Ibu Tri Susilowati, S. Kep., Ns., M. Kep., selaku ketua Program Studi DIII Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memfasilitasi dalam penyusunan laporan tugas akhir ini.
4. Ibu Anjar Nurrohmah, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku dosen penguji satu yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
5. Ibu Dewi Kartika Sari, S.Kep, Ns., M.Kep, , selaku dosen penguji dua yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam

membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.

6. Ibu Mulyaningsih, S. Kep., Ns., M. Kep selaku pembimbing tugas akhir yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, memberikan arahan, dorongan, dukungan, dan saran dalam penyusunan laporan tugas akhir ini
7. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Diploma III Keperawatan yang telah membimbing dan mendidik selama menempuh pendidikan di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
8. Kedua orang tua saya yang selalu memberikan doa semangat, dan dukungan kepada saya baik dalam bentuk materi, moral, maupun spiritual selama saya menempuh pendidikan.
9. Teman-teman mahasiswa prodi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas persahabatan dan motivasi untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini serta seluruh pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa laporan tugas akhir ini jauh masih banyak kekurangan karena keterbatasan kemampuan penulis. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca demi penyempurnaan Tugas Akhir ini.

Wassalamu'alaikumWr. Wb.

Surakarta,29 Juli 2022



(Benny Tri Afandi)  
B2019012