KARYA TULIS ILMIAH

IMPLEMENTASI SENAM KAKI DIABETIK DALAM MERANGSANG SENSITIVITAS KAKI LANSIA PENDERITA DIABETES MELITUS DI PSTW BLITAR

STUDI KASUS

DENIS DWI LUTHFIANIK
P17230204111

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MALANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN MALANG
2023

IMPLEMENTASI SENAM KAKI DIABETIK DALAM MERANGSANG SENSITIVITAS KAKI LANSIA PENDERITA DIABETES MELITUS DI PSTW BLITAR

Karya Tulis Ilmiah ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Menyelesaikan
Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar
Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

DENIS DWI LUTHFIANIK
P17230204111

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MALANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN BLITAR
2023

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Denis Dwi Luthfianik

NIM : P17230204111

Institusi : Poltekkes Kemenkes Malang Program Studi D3 Keperawatan Blitar

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan saya.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan penelitian ini hasil pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Blitar, 22 Mei 2023

Mahasiswa

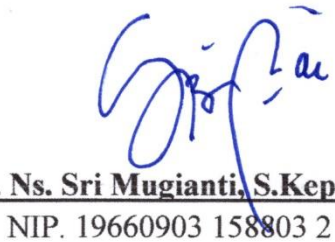


Denis Dwi Luthfianik

NIM P17230204111

Mengetahui,

Pembimbing Utama



Dr. Ns. Sri Mugianti, S.Kep.M.Kep

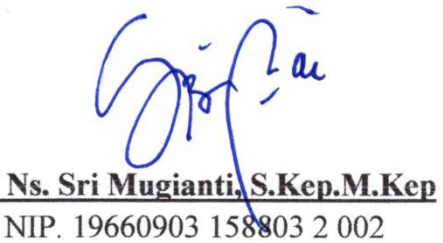
NIP. 19660903 158803 2 002

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah dengan judul "Implementasi Senam Kaki Diabetik Dalam Merangsang Sensitivitas Kaki Lansia Penderita Diabetes Melitus Di PSTW Blitar" oleh Denis Dwi Luthfianik NIM P17230204111 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Blitar, 22 Mei 2023

Pembimbing Utama



Dr. Ns. Sri Mugianti, S.Kep.M.Kep

NIP. 19660903 158803 2 002

LEMBAR PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah dengan judul "Implementasi Senam Kaki Diabetik Dalam Merangsang Sesnsitivitas Kaki Lansia Penderita Diabetes Melitus Di PSTW Blitar" oleh Denis Dwi Luthfianik telah diujikan di depan dewan penguji pada tanggal 25 Mei 2023.

Dewan Penguji,

Ketua Penguji

Dr. Imam Sunarno, Drs, SST, M.Kes.
NIP. 19590107 198112 1 001

Penguji Anggota

Dr. Ns. Sri Mugianti, M.Kep.
NIP. 19660903 198803 2 002

Mengetahui,
Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDRAL TENAGA KESEHATAN

Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep.Ns, M.Kep.
NIP. 19760810 200212 2 001

PRAKATA

Puji Syukur penulis panjatkan atas ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyusun Karya Tulis Ilmiah dengan judul ”Implementasi Senam Kaki Diabetik Dalam Merangsang Sensitivitas Kaki Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus Di PSTW Blitar” sebagai salah satu syarat untuk melakukan penelitian dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi D-III Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

Penulis menyadari bahwa selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini banyak mendapat bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

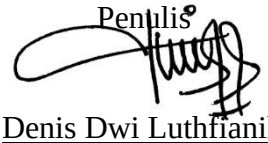
1. Bapak Dr. Moh. Wildan, A.Per.Pen, M.Pd., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Malang.
2. Ibu Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep. Ns, M. Kep. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Malang.
3. Ibu Wiwin Martiningsih, M. Kep., PhD.NS selaku Ketua Program Studi Diploma 3 Keperawatan Blitar Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Malang
4. Bapak Dr. Imam Sunarno, Drs., SST., M.Kes., selaku Ketua Penguji yang berkenan memberikan saran dan dukungan kepada penulis dalam memperbaiki penyusunan karya tulis ilmiah ini.
5. Ibu Dr. Ns. Sri Mugianti, M.Kep., selaku Dosen Pembimbing Utama yang memberikan pengarahan dan bimbingan serta dukungan dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.

6. Ibu Dra. Harijati, M. Si., selaku Kepala UPT Panti Sosial Tresna Werdha Blitar yang memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian karya tulis ilmiah ini.
7. Bapak Ns. Rachma Yunawan, S. Kep., selaku Pembimbing Lahan Praktik Keperawatan Elektif, beserta staff dan karyawan yang telah membantu dalam pelaksanaan penyelesaian karya tulis ilmiah ini.
8. Kedua orang tua saya, bapak Alm. Basuki dan Ibu tersayang Sri Sulistiani yang selalu merawat, mendidik, memberikan dukungan lewat doa, dan tidak pernah lelah memberikan dukungan, materi, dan kekuatan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
9. Sahabat saya Daniyah, Melina, Cantika, Shesil, dan Aldo Ferdiansyah yang selalu memberikan bantuan dan dukungan semangat dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini.
10. Terimakasih kepada diri saya sendiri karena sudah kuat, bertahan, dan terus berjuang tanpa menyerah sampai di titik penyelesaian karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari dalam penyusunan dan penulisan karya tulis ilmiah ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik dan saran pembaca sangat penulis harapkan demi kesempurnaan proposal karya tulis ilmiah ini, semoga karya tulis ilmiah ini bermanfaat bagi semua pihak.

Blitar, 22 Mei 2023

Penulis



Denis Dwi Luthfianik

NIM P17230204111

ABSTRAK

Luthfianik, Denis Dwi (2023), Implementasi Senam Kaki Diabetik Dalam Merangsang Sensitivitas Kaki Lansia Penderita Diabetes Melitus di PSTW Blitar, Karya Tulis Ilmiah, Progam Studi D3 Keperawatan Blitar, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kemenkes Malang. Dr. Ns. Sri Mugianti, M.Kep.

Diabetes Melitus merupakan salah satu penyakit serius yang biasa terjadi pada lansia yang dapat menyebabkan komplikasi salah satunya neuropati diabetik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui implementasi senam kaki diabetik dalam merangsang sensitivitas kaki lansia penderita diabetes melitus di Panti Sosial Tresna Werdha Blitar. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Partisipan penelitian ini adalah 4 lansia yang memiliki riwayat diabetes melitus. Pengumpulan data menggunakan alat *monofilament*, lembar observasi dan wawancara. Implementasi dilakukan 7x dalam 1 minggu pada periode Maret-April. Hasil penelitian menunjukkan sebelum implementasi 4 partisipan sensitivitas kaki rendah atau risiko tinggi neuropati perifer. Setelah implementasi hasilnya 3 orang memiliki risiko rendah mengalami neuropati perifer dan 1 orang beresiko mengalami neuropati perifer. Kegiatan sehari-hari yang dilakukan partisipan adalah aktivitas fisik, spiritual, dan psikososial, pola makan yang dijalani mengikuti aturan PSTW dan pengalaman partisipan untuk melaksanakan senam kaki diabetik saat ada mahasiswa praktikan di PSTW Blitar. Latihan teratur, *continue*, dan dukungan dari berbagai pihak diperlukan untuk peningkatan sensitivitas kaki.

Kata Kunci : Lansia, Diabetes Melitus, Senam Kaki Diabetik, Sensitivitas Kaki

ABSTRACT

Luthfianik, Denis Dwi (2023), *Implementation of Diabetic Foot Gymnastics in Stimulating the Sensitivity of Elderly Feet with Diabetes Mellitus at PSTW Blitar, Scientific Papers, Blitar Nursing D3 Study Program, Department of Nursing, Polytechnic of the Ministry of Health Malang. Dr. Ns. Sri Mugianti, M.Kep.*

Diabetes Mellitus is a serious disease that usually occurs in the elderly which can cause complications, one of which is diabetic neuropathy. The purpose of this study was to determine the implementation of diabetic foot exercise in stimulating the sensitivity of the feet of elderly people with diabetes mellitus at Tresna Werdha Blitar Social Institution. This research uses a descriptive method with a case study approach. The participants of this study were 4 elderly people who had a history of diabetes mellitus. Data collection using monofilament tools, observation sheets and interviews. Implementation is carried out 7x in 1 week in the period March-April. The results showed that before implementation, 4 participants had low foot sensitivity or high risk of peripheral neuropathy. After the implementation of the results, 3 people have a low risk of experiencing peripheral neuropathy and 1 person is at risk of experiencing peripheral neuropathy. The daily activities carried out by the participants included physical, spiritual, and psychosocial activities, their eating patterns followed the PSTW rules and the participants' experiences in carrying out diabetic foot exercises when there were students practicing at PSTW Blitar. Regular exercise, continue, and support from various parties are needed to increase foot sensitivity.

***Keywords**: Elderly, Diabetes Mellitus, Diabetic Foot Exercise, Foot Sensitivity*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN ii
LEMBAR PERSETUJUAN iii
LEMBAR PENGESAHAN iv
PRAKATA v
ABSTRAK vii
ABSTRACT viii
DAFTAR ISI ix
DAFTAR GAMBAR xi
DAFTAR TABEL xii
DAFTAR LAMPIRAN xiii

BAB I PENDAHULUAN 1
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 4
1.3 Tujuan Penelitian 4
1.4 Manfaat Penelitian 4
1.4.1 Manfaat Teoritis 4
1.4.2 Manfaat Praktis 5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA 6
2.1 Konsep Lansia 6
2.1.1 Pengertian Lansia 6
2.1.2 Klasifikasi Lansia 6
2.1.3 Karakteristik Lansia 7
2.1.4 Proses Menua 7
2.2 Konsep Diabetes Melitus 8
2.2.1 Pengertian Diabetes Melitus 8
2.2.2 Etiologi Diabetes Melitus 9
2.2.3 Klasifikasi Diabetes Melitus 10
2.2.4 Manifestasi Klinis Diabetes Melitus 11
2.2.5 Komplikasi Diabetes Melitus 13
2.2.6 Penatalaksanaan Diabetes Melitus 14
2.3 Konsep Senam Kaki Diabetik 16
2.3.1 Pengertian Senam Kaki Diabetik 16
2.3.2 Manfaat Senam Kaki Diabetik 17
2.3.3 Langkah-Langkah Senam Kaki Diabetik 17
2.3.4 Hasil Penelitian Terdahulu 21
2.4 Konsep Sensitivitas Kaki 22
2.4.1 Pengertian Sensitivitas Kaki 22
2.4.2 Cara Mengukur Sensitivitas Kaki 22
2.4.3 Hasil Penelitian Sebelumnya 24
2.5 Kerangka Konseptual 25

BAB III METODE STUDI KASUS 26
3.1 Metode Studi Kasus 26
3.2 Subjek Studi Kasus 26
3.3 Fokus Studi Kasus dan Sumber Data 26
3.3.1 Fokus Studi Kasus 26
3.3.2 Sumber Data 27
3.4 Teknik Pengumpulan Data 27
3.5 Alat dan Pengumpulan Data 29
3.6 Waktu dan Lokasi Penelitian 29
3.7 Analisa Data dan Uji Keabsahan Data 29
3.7.1 Analisa data 29
3.7.2 Uji Keabsahan data 30
3.8 Etika Keperawatan 31

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 32
4.1 Hasil Penelitian 32
4.1.1 Gambaran Umum Lingkungan Studi Kasus 32
4.1.2 Data Umum Subjek Penelitian 33
4.1.3 Data Hasil Observasi dan Wawancara pada Lansia di PSTW Blitar 34
4.2 Pembahasan 40
4.2.1 Hasil observasi pengukuran sensitivitas kaki dan pelaksanaan senam kaki diabetik 40
4.2.2 Kegiatan Sehari-Hari Lansia 41
4.2.3 Pola Makan 42
4.2.4 Pengalaman Melakukan Senam Kaki Diabetik 43

BAB V PENUTUP 45
5.1 Kesimpulan 45
5.2 Saran 45
5.3 Bagi Peneliti 46
5.3.1 Bagi Peneliti Selanjutnya 46
5.3.2 Bagi Pasien 46
5.3.3 Bagi Intitusi Poltekkes Kemenkes Malang 46

DAFTAR PUSTAKA 47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Posisi duduk tegak 17
Gambar 2. 2 Tumit kaki di lantai dan jari-jari kaki diluruskan ke atas 18
Gambar 2. 3 Tumit kaki di lantai sedangkan telapak kaki diangkat 18
Gambar 2. 4 Ujung kaki diangkat keatas 18
Gambar 2. 5 Tumit diangkat 19
Gambar 2. 6 kaki diluruskan dan diangkat 19
Gambar 2. 7 Kaki diluruskan dan dibengkokkan ke bawah 20
Gambar 2. 8 Kaki diluruskan dan menggerakkan pergelangan kaki 20
Gambar 2. 9 Kaki diluruskan dan menggerakkan pergelangan kaki 20
Gambar 2. 10 Robek kertas koran dengan menggunakan jari jari kaki lalu lipat menjadi bentuk bola 21
Gambar 2. 11 Alat tes monofilament 23
Gambar 2. 12 Area Titik Tes Monofilament 23
Gambar 2. 13 Garputala 24
Gambar 2. 15 Jarum Lancet 24
Gambar 2. 16 Kerangka Konseptual 25

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Karakteristik Subyek Penelitian 33

Tabel 4. 2 Karakteristik Sensitivitas Kaki Sebelum dan Sesudah Implementasi.. 34

Tabel 4. 3 Kegiatan implementasi senam kaki diabetik 35

Tabel 4. 4 Hasil Pelaksanaan Senam Kaki Diabetik 36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keterangan Penelitian Bangkesbangpol 50

Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian 51

Lampiran 3 Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian 52

Lampiran 4 Pernyataan Bersedia Menjadi Responden 53

Lampiran 5 Lembar Panduan Wawancara 54

Lampiran 6 Lembar Observasi 56

Lampiran 7 Standart Operasional 59

Lampiran 8 Transkip Wawancara 61

Lampiran 9 Transkip Wawancara 63

Lampiran 10 Analisa Wawancara 71

Lampiran 11 Dokumentasi Kegiatan 75