KARYA TULIS ILMIAH

EFEKTIVITAS SENAM KAKI DIABETIK UNTUK PENINGKATAN SENSIVITAS KAKI PASIEN DIABETES MELITUSTIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS OHOIRA

Oleh:
GRACE KAROLINA SEDUBUN
NIM. P07120223013

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALUKU
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN TUAL
TAHUN 2026

KARYA TULIS ILMIAH

EFEKTIVITAS SENAM KAKI DIABETIK UNTUK PENINGKATAN SENSIVITAS KAKI PASIEN DIABETES MELITUSTIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS OHOIRA

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Diploma III Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Tual Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku

Oleh:
GRACE KAROLINA SEDUBUN
NIM. P07120223013

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALUKU
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN TUAL
TAHUN 2026

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Grace Karolina Sedubun
NIM	: P07120223013
Program Studi	: Keperawatan Tual
Institusi	: Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa penelitian Karya Tulis Ilmiah ini adalah benar-benar merupakan hasil karya peneliti sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka peneliti bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Langgur, 15 Juli 2026
Pembuat pernyataan

Grace Karolina Sedubun
NIM. P07120223013

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Grace Karolina Sedubun NIM. P07120223013 dengan Judul "Efektivitas Senam Kaki Diabetik Untuk Peningkatan Sensivitas Kaki Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Ohoira" telah diperiksa dan disetujui

Langgur, 15 Juli 2026

Pembimbing

Ns. Muhammad Amrullah, S. Kep., M.Kep
NIP. 198611072023211010

Kemenkes
Poltekkes Maluku

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Grace Karolina Sedubun NIM: P07120223013 dengan judul "Efektivitas Senam Kaki Diabetik untuk Peningkatan Sensivitas Kaki Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Ohoira" telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal, 17 Juli 2026.

Dewan Penguji

Peguji Ketua

Jonathan Kelabora , S.SiT., M.Kes
NIP. 196707141990031005

Penguji Anggota I

Ns. Yohanis Lefta, S.Kep., M.Kep
NIP. 19740327 199703 1 001

Penguji Anggota II

Ns. Muhammad Amrullah, S.Kep., M.Kep
NIP. 19861107 202321 1 010

Mengesahkan
Direktur Poltekkes Kemenkes Maluku

Dr. Betty Anthoineta Sahertian, S.Pd., M.Kes
NIP.19710812 199403 2 001

Mengetahui
Ketua Program Studi Keperawatan Tual

Ns. Lucky Herry Noya, S.Kep., M.Kep
NIP.19690618 199603 1 002

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya kepada peneliti selama ini sehingga dapat menyelesaikan penyusunan penelitian Karya Tulis Imiah dengan judul **"**Efektivitas Senam Kaki Diabetik Untuk Peningkatan Sensivitas Kaki Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Ohoira**"**

Penelitian Karya Tulis Ilmiah ini, disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Keperawatan Tual Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku.

Penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik atas dukungan serta bantuan dari berbagai pihak, baik secara moril maupun materil. Untuk itu pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang tulus kepada yang terhormat:

1. Dr. Betty Anthoineta Sahertian, S.Pd., M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku.
2. Ns. Lucky Herry Noya, S.Kep., M.Kep, selaku Ketua Program Studi Keperawatan Tual.
3. Endang H. Ngabalin, S.Tr. Keb, selaku Kepala Puskesmas Ohoira yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
4. Jonathan Kelabora. S.SiT., M.Kes, selaku Penguji Ketua yang memberikan saran dan kritik atas perbaikan penelitian Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ns. Yohanis Lefta, S.Kep., M.Kep, selaku Penguji Anggota I yang telah memberikan masukan perbaikan dalam penelitian Karya Tulis Ilmiah ini.

6. Ns. Muhammad Amrullah, S.Kep., M.Kep selaku Pembimbing sekaligus Penguji Anggota II yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam membimbing peneliti
7. Dewan Dosen dan Tenaga Pendidik (Tendik) serta staf Pegawai Prodi Keperawatan Tual
8. Kepada ayah dan ibu tercinta, saudara-saudariku tersayang serta seluruh keluarga orang terdekat saya yang selalu memberikan motivasi selama ini baik dari segi moril maupun materi, serta terima kasih atas dukungan dan doa kepada peneliti.
9. Teman-teman angkatan tahun 2023 yang selalu bersama-sama dalam suka maupun susah.

Peneliti menyadari bahwa penelitian Karya Tulis Ilmiah ini masih memiliki kekurangan, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk perbaikan penelitian ini ke depan..

Langgur, Juli 2026

Peneliti

ABSTRAK

Efektivitas Senam Kaki Diabetik Untuk Peningkatan Sensivitas Kaki Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Ohoira

Grace Karolina Sedubun (2026)
Program Studi Diploma III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku

Ns. Muhammad Amrullah, S.Kep., M.Kep.

Kata Kunci : Asuhan Keperawatan Senam Kaki Diabetik Peningkatan Sensivitas Kaki Diabetes Melitus Tipe 2

Latar Belakang: Diabetes Melitus (DM) tipe II merupakan penyakit metabolik kronis yang sering memicu komplikasi berupa neuropati perifer diabetik. Neuropati perifer menyebabkan penurunan sensasi protektif pada ekstermitas bawah sehingga meningkatkan risiko ulserasi dan amputasi. Senam kaki diabetik berperan sebagai intervensi non-farmakologis melalui mekanisme peningkatan aliran darah perifer dan stimulasi saraf sensorik, namun bukti efektivitasnya terhadap pemulihan sensivitas kaki pada populasi DM tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Ohoira
Metode Penelitian: Penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus asuhan keperawatan pada dua klien DM tipe II dengan cara observasi, wawancara, dan tindakan keperawatan pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi dan evaluasi yang berlangsung selama 3 hari.
Hasil: Selama 3 hari impelentasi, terdapat keluhan yang sama yaitu nyeri pada kaki secara tiba – tiba kemudian nyeri mulai berkurang dan kaki terasa nyaman saat dilakukan terapi senam kaki diabetik yang kemudian dipijak pada kaki selama 3 hari dengan durasi waktu pagi dan sore.
Kesimpulan: Pelaksanaan senam kaki secara rasional efetif dalam mengatasi nyeri pada kaki, rasa tidak nyaman pada kaki secara klinis efektif sebagai terapi dalam menstabilkan peredaran darah serta menurunkan gejala DM tipe II.
Saran: Klien dan keluarga diharapkan menerapkan terapi senam diabetik secara mandiri dan rutin di rumah dengan didukung kepatuhan diet rendah gula dan aktivitas fisik yang teratur. Untuk Puskesmas dapat dijadikan sebagai SOP dalam pelayanan pasien DM tipe 2.Bagi institusi pendidikan dapat dijadikan sebagai bahan pembejalaran tentang senam kaki diabetik dalam melancarkan peredaran darah dalam tubuh terlebih khusus pasien DM tipe 2.

ABSTRACT

The Effectiveness of Diabetic Foot Exercises for Increasing Foot Sensitivity in Type 2 Diabetes Mellitus Patients in the Working Area of the Ohoira Health Center

Grace Karolina Sedubun (2026)
Diploma III Nursing Study ProgramMaluku Ministry Of Health Polytechnic

Ns. Muhammad Amrullah, S.Kep.,M.Kep

***Keywords**: Nursing Care for Diabetic Foot Exercises, Increasing Foot Sensivity in type 2 Diabetes Mellitus*

Background: *Type II diabetes mellitus (DM) is a chronic metabolic disesase that often triggers complication in the form of diabetic peripheral neuropathy. Pheriperal neuropaty causes decreased protective sensation in the lower extremities, thereby increasing the risk of ulceration and aputation. Diabetic foot exercises act as a non – pharmacological intervention through mechanisms of increased peripheral blood flow and sensory nerve stimulation, but evidence of their effectiveness in restoring foot sensivity in the type 2 DM population in the Ohoira Community Health Center working area is limited.*

Research Method: *Descriptive research wit a case study approach of nursing care on two clients with type II diabtes mellitus by means of observation, interviuw, and nursing actions of assesment, diagnosis, intervetion, implentation, and evaluation which lasted for 3 days.*

Results:*During the 3 days of impelemntation, there were the same complaints, namely suden pain in the feet, then the pain began to derease and the feet felt comfortable when diabetic foot exercese therapy was carried out using HVS aqueezes which were then stepped on the feet for 3 days with a duration of morning and evening.****Conclusion:****implementation of rational foot exercises is effective in overcoming pain in the feet, discomfort in the feet is clianically effective as a therapy in stabilizing blood circulation and reducting symptoms of type II diabetes mellitus.*

Suggestion:*clients and families are expected to apply the six diabetic therapy independetly and routinely at home supported by adherence to a low – sugar diet and regular physical activity. As a SOP in serving type 2 diabetes mellitus patients. For edcukation institutions , it can be used as learning material about diabetic foot exercises in improving blood circulation in the body, especially for type 2 diabetes mellitus patients.*