

**PENGARUH TERAPI SENAM KAKI TERHADAP PENURUNAN KADAR
GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II :
*LITERATURE REVIEW***

SKRIPSI



DI SUSUN OLEH :

ANITA DWIASTUTI

1811102411064

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

2022

**Pengaruh Terapi Senam Kaki terhadap Penurunan Kadar Gula Darah
pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II : *Literature Review***

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan



Disusun Oleh :

Anita Dwiastuti

1811102411064

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

2022

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Anita Dwiastuti

Nim : 1811102411064

Judul proposal : PENGARUH TERAPI SENAM KAKI TERHADAP
PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN
DIABETES MELLITUS TIPE 2 : *LITERATURE
REVIEW*

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa terdapat plagiat dalam penelitian ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan (Permendiknas No. 17, tahun 2010)

Samarinda, Februari 2022



Anita Dwiastuti
NIM. 1811102411064

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH TERAPI SENAM KAKI TERHADAP PENURUNAN KADAR
GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2 :**

LITERATURE REVIEW

SKRIPSI

DI SUSUN OLEH :

ANITA DWIASTUTI

1811102411064

Disetujui untuk di ujikan

Pada tanggal 28 Juni 2022

PEMBIMBING



Ns. Thomas Ari wibowo, M. Kep
NIDN. 1104098701

Mengetahui,

Koordinator Mata Ajar Skripsi



Ns. Milkhatun, M. Kep
NIDN. 1121018501

LEMBAR PENGESAHAN

**PENGARUH TERAPI SENAM KAKI TERHADAP PENURUNAN KADAR
GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2 :**

LITERATURE REVIEW

SKRIPSI

DI SUSUN OLEH :

ANITA DWIASTUTI (1811102411064)

Diseminarkan dan diujikan

Pada tanggal 28 Juni 2022

Penguji I

Penguji II

Ns. Ulfatul Muflihah, S.Kep., MNS

Ns. Thomas Ariwibowo, M.Kep

NIDN.1118039302

NIDN.110409871

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan

Ns. Siti Khoiroh Muflihatin, M. Kep

NIDN. 1115017703

Pengaruh Terapi Senam Kaki terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 : *Literature Review*

Anita Dwiastuti¹, Thomas Ari Wibowo²

INTISARI

Latar Belakang : Terapi komplementer dianjurkan agar dilaksanakan pada pasien diabetes mellitus salah satunya ialah terapi senam kaki diabetikum (Setiawan, 2011). Latihan untuk kaki diabetik dirancang untuk meningkatkan aliran darah, membentuk otot, menghentikan kelainan bentuk, dan mengatasi keterbatasan mobilitas sendi. Perubahan kadar gula darah pasien sesudah terapi senam kaki dapat diamati agar menentukan apakah kadar gula darah kembali normal serta apakah kondisinya bisa diperbaiki.

Tujuan Studi : Penelitian yang berbentuk literature review ini berusaha untuk memastikan apakah terapi senam kaki memiliki dampak pada penurunan kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe 2.

Metodologi : Pendekatan penelitian yang dikenal dengan penelitian kepustakaan ini terdiri dari sejumlah penyelidikan terhadap tata cara pengumpulan data perpustakaan atau penyelidikan dan pemanfaatan konten perpustakaan (seperti jurnal ilmiah) agar kepentingan penelitian. Kriteria inklusi: Jurnal penelitian asli, Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris, 2017-2022, Pasien DM Tipe 2, artikel jurnal membahas bagaimana perawatan senam kaki membantu pasien diabetes melitus tipe 2 menurunkan kadar gula darahnya.

Hasil : Penelitian ini menemukan 15 studi yang meneliti dampak perawatan senam kaki pada penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 dengan memakai database jurnal Researchgate, Google Scholar, serta Sciences Direct.

Kesimpulan : Ditentukan bahwa, dari 15 publikasi penelitian yang diperiksa, 13 dilaporkan tentang dampak pemberian perawatan senam kaki pada penurunan kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe 2, dan menurut dua artikel, terapi senam kaki mungkin bermanfaat. dipasangkan dengan kaki ergonomis dan akupresur.

Kata Kunci : Senam Kaki, Diabetes Mellitus Tipe 2, Kadar Gula Darah

¹ Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

² Dosen Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

The Effect of Foot Exercise Therapy on Reducing Blood Sugar Levels in Type 2 Diabetes Mellitus Patients : *Literature Review*

Anita Dwiastuti³, Thomas Ari Wibowo⁴

ABSTRACT

Background : One of the complementary therapies recommended for diabetes mellitus patients is diabetic foot exercise therapy (Setiawan, 2011). The goals of diabetic foot exercise are to strengthen muscles, increase blood flow, avoid deformities, and overcome joint mobility restrictions. Following foot exercise therapy, It is possible to observe variations in the patient's blood sugar levels and determine if they return to normal.

Purpose : This study, which took the form of a literature review, sought to ascertain if Does treating type 2 diabetes with foot exercise have any impact on reducing blood glucose levels.

Method : This research approach is called library research, and it entails a number of studies pertaining to the procedure for gathering library data or looking up and utilising library material (such as scientific journals) for the purpose of the research. inclusion standards: Journal articles addressing the impact of foot exercise treatment on lowering blood sugar levels in individuals with type 2 diabetes mellitus may be found in original research journals published in Indonesian and English between 2017 and 2022.

Result : This study discovered 15 studies that demonstrate how foot exercise treatment can lower blood sugar levels in people with type 2 diabetes mellitus using the following journal databases: Researchgate, Google Scholar, and ScienceDirect.

Conclusion : From 15 research publications, it was found that 13 articles discussed how delivering foot exercise treatment to Type 2 Diabetes Mellitus patients affected their blood sugar levels, and papers suggested that foot exercise therapy may be paired with ergonomic foot and acupressure.

Keyword : Foot Exercise, Type 2 Diabetes Mellitus, Blood Glucose Levels

³ Student of Nursing Science Study Program, Muhammadiyah University of East Borneo

⁴ Lecturers of Nursing Science Study Program, Muhammadiyah University of East Borneo

MOTTO

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan”

(QS. Al-Insyirah: 6)

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Alhamdulillah, puji dan syukur kami panjatkan kepada Allah Sbbhanahu Wa Ta'ala atas limpahan berkat dan rahmat-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi Senam Kaki Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II ; *Literature Review*” dengan tepat waktu.

Penyusunan skripsi ini dibuat sebagai persyaratan untuk kelulusan mata ajar Skripsi Keperawatan Fakultas Ilmu keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur tahun 2022. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mengalami kesulitan dan hambatan akan tetapi semuanya bisa dilalui berkat bantuan dan doa dari berbagai pihak. Penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar – besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiadji selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Ibu Nunung Herlina, S. Kp., M. Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Ibu Ns. Siti Khoiroh Muflihatin M. Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

4. Ibu Ns. Milkhatun, M. Kep selaku koordinator mata ajar Skripsi Sarjana Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
5. Bapak Ns. Thomas Ari Wibowo, M. Kep selaku dosen pembimbing Skripsi terimakasih telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, dan arahan, serta kesabaran selama banyak membimbing dalam proses penyelesaian skripsi ini.
6. Ibu Ns. Ulfathul Muflihah, S. Kep., MNS selaku dosen penguji Skripsi terimakasih telah memberikan kritik dan saran serta arahan yang baik dan bermanfaat untuk saya dalam penulisan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi S1 Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang telah membekali saya dengan berbagai ilmu dan pengetahuan selama mengikuti perkuliahan.
8. Untuk kedua orang tua, saudara, dan keluarga saya, terutama ayahanda dan ibunda tercinta yang telah memberikan dukungan secara moril maupun materi serta doa yang tiada henti kepada saya
9. Untuk teman-teman kelompok peminatan saya yang telah memberikan support dan semangatnya untuk saya
10. Untuk Teman-teman satu angkatan 2018 mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang sama-sama berjuang menyelesaikan proposal skripsi ini.

Samarinda, 2022

Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|---|-------------------------------------|
| HALAMAN SAMBUNG | |
| HALAMAN JUDUL..... | i |
| SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN..... | ii |
| LEMBAR PERSETUJUAN..... | iii |
| LEMBAR PENGESAHAN | iv |
| INTISARI | v |
| ABSTRACT | vi |
| MOTTO | vii |
| KATA PENGANTAR | viii |
| DAFTAR ISI | x |
| DAFTAR TABEL..... | xiii |
| DAFTAR GAMBAR..... | xiv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xv |
| BAB I..... | Error! Bookmark not defined. |
| PENDAHULUAN | Error! Bookmark not defined. |
| A. Latar Belakang..... | Error! Bookmark not defined. |
| B. Rumusan masalah | Error! Bookmark not defined. |
| C. Tujuan Penelitian | Error! Bookmark not defined. |

| | |
|---|-------------------------------------|
| D. Manfaat Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| E. Keaslian Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| BAB II..... | Error! Bookmark not defined. |
| TINJAUAN PUSTAKA | Error! Bookmark not defined. |
| A. Telaah Pustaka | Error! Bookmark not defined. |
| B. Penelitian terkait | Error! Bookmark not defined. |
| C. Kerangka teori..... | Error! Bookmark not defined. |
| D. Kerangka konsep | Error! Bookmark not defined. |
| E. Hipotesis..... | Error! Bookmark not defined. |
| BAB III..... | Error! Bookmark not defined. |
| METODE PENELITIAN | Error! Bookmark not defined. |
| A. Rancangan Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| B. Pencarian Literature..... | Error! Bookmark not defined. |
| C. Kriteria inklusi dan eksklusi..... | Error! Bookmark not defined. |
| D. Seleksi studi dan Penilaian kualitas . | Error! Bookmark not defined. |
| BAB IV | Error! Bookmark not defined. |
| HASIL DAN PEMBAHASAN..... | Error! Bookmark not defined. |
| A. Hasil dan Analisa | Error! Bookmark not defined. |
| B. Pembahasan..... | Error! Bookmark not defined. |

BAB V Error! Bookmark not defined.

PENUTUP Error! Bookmark not defined.

A. Kesimpulan Error! Bookmark not defined.

B. Saran Error! Bookmark not defined.

DAFTAR PUSTAKA..... Error! Bookmark not defined.

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| table 3. 1 kriteria inklusi dan eksklusi..... | 37 |
| table 4. 1 hasil dan analisa | 58 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 2. 1 pathway | 9 |
| Gambar 2. 2 Posisi klien duduk di atas kursi..... | 22 |
| Gambar 2. 3 Tumit kaki dilantai dan jari kaki diluruskan | 23 |
| Gambar 2. 4 Tumit kaki di lantai | 23 |
| Gambar 2. 5 Ujung kaki diangkat ke atas | 24 |
| Gambar 2. 6 Jari-jari kaki di lantai..... | 24 |
| Gambar 2. 7 Angkat salah satu kaki, dan luruskan | 25 |
| Gambar 2. 8 Luruskan salah satu kaki di atas lantai | 25 |
| Gambar 2. 9 Angkat kedua kaki dan luruskan..... | 25 |
| Gambar 2. 10 Kedua kaki diangkat dan diluruskan | 26 |
| Gambar 2. 11 kaki diluruskan dan di angkat | 26 |
| Gambar 2. 12 Robek koran memakai kaki | 27 |
| Gambar 2. 13 kerangka teori | 32 |
| Gambar 2. 14 kerangka konsep..... | 33 |

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Data Peneliti

Lampiran 2 SOP Senam Kaki

Lampiran 3 Daftar link jurnal

Lampiran 4 Lembar Konsultasi

Lampiran 5 Hasil uji plagiasi