

**KARYA TULIS ILMIAH**  
**PENERAPAN TERAPI SENAM DIABETES TERHADAP**  
**KETIDAKSTABILAN GLUKOSA DARAH LANSIA**  
**DENGAN DIABETES MELLITUS DI PLSU**  
**HARAPAN KITA II PALEMBANG**  
**TAHUN 2025**



**Oleh :**  
**DINDA TRISNAWATI**  
**NIM: 221440101033**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS KESEHATAN DAN TEKNOLOGI**  
**UNIVERSITAS AISYIAH PALEMBANG**  
**TAHUN AKADEMIK 2025**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN TERAPI SENAM DIABETES TERHADAP  
KETIDAKSTABILAN GLUKOSA DARAH LANSIA  
DENGAN DIABETES MELLITUS DI PLSU  
HARAPAN KITA II PALEMBANG  
TAHUN 2025**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Ahli Madya Keperawatan Universitas Aisyiyah Palembang**



**Oleh :**  
**DINDA TRISNAWATI**  
**NIM: 221440101033**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS AISYIYAH PALEMBANG  
TAHUN AKADEMIK 2025**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Penerapan Terapi Senam Diabetes Terhadap Ketidakstabilan Glukosa Darah  
Lansia Dengan Diabetes Mellitus Di Plsu Harapan Kita II Palembang

Tahun 2025

Palembang, 15 Mei 2025

Pembimbing Utama

I. Ns. Neng Annis Fathia M.Kep  
NIK. 2017.11.070

(  )

Pembimbing Pendamping

II. Khoirin, SKM, M.Kes  
NIK. 2000.12.014

(  )

Mengetahui

Ketua-Program Studi DIII Keperawatan



Ns. Sunarmi, S.Kep., M.Kes

NIK. 2015.04.058

# LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah dengan judul:

**PENERAPAN TERAPI SENAM DIABETES TERHADAP  
KETIDAKSTABILAN GLUKOSA DARAH LANSIA  
DENGAN DIABETES MELLITUS D I PLSU  
HARAPAN KITA II PALEMBANG**


TAHUN 2025

DISUSUN OLEH :

Dinda Trisnawati  
NIM : 221440101033

**Penguji I**

Ns. Septi Viantri Kurdaningsih, M.Kep  
NIK. 2016.11.064

(  )

**Penguji II**

Ns. Neng Annis Fathia M.Kep  
NIK. 2017.11.070

(  )

**Penguji III**

Khoirin, SKM, M.Kes  
NIK. 2000.12.014

(  )

Mengetahui

**Dekan Fakultas Kesehatan dan Teknologi**



Ns. Miming Oyandi, S.Kep, M.Kes, M.Kep, Ph.D  
NIK. 2010.03.022

## PERSEMBAHAN DAN MOTTO

### *Motto:*

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan, Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan (Q.S Al – Insyirah : 5 – 6).

### *Persembahan:*

- ❖ Kedua orang tuaku yang selalu memberikan yang terbaik untuk ku, atas kesabaran dan keikhlasannya mendidikku dari kecil hingga sekarang demi mewujudkan cita-citaku. Terimah kasih atas do'a dan dukungannya yang tak pernah henti-hentinya mereka berikan untukku, begitu besar jasa kalian kepada ku.
- ❖ Untuk Saudaraku tersayang kk janneldin, kk agus, terima kasih atas perhatian dan support yang telah kalian berikan untukku. Semoga kita dapat selalu memberikan yang terbaik bagi Ayahanda & Ibunda Amiiiiiiiiin
- ❖ Untuk Keluarga besarku Om Sudyanto, Tante Lia, om soiman uwak tante masdah.terimakasih kalian sering men support dan do'a sehingga dapat menyelesaikan pendidikan ku,
- ❖ Untuk sahabat-sahabat dan teman ku (Devia, dandi, felly, rusni, riskia, cindy, elita dll yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu )kalian kalian adalah sahabatsahabatku yang takkan terganti.Terimakasih karena kalian selalu berikan semangat untukku dikala aku gundah, semoga ini adalah awal kita untuk melangkah lebih maju.
- ❖ Untuk Dr.Rahmayani, M.Kes terimakasih telah menjadi alasan saya menjadi semangat mencapai cita – cita masa kecil itu.
- ❖ Untuk dr. Aditya Pratama & dr. Tsamarah Alifah Andasani atas do'a dan support yang diberikan kepadaku yang menjadikan aku terus bersemangat dan optimis dalam menjalani hari-hariku.
- ❖ Almameter ku, semoga ilmu yang didapat bisa bermanfaat untyk orang lain dan berkah dimasa depan.

## **RIWAYAT HIDUP**



### **IDENTITAS DIRI**

Nama : Dinda Trisnawati  
Tempat/Tanggal Lahir : Palembang, 27-oktober-2003  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Alamat : Lr Wanaasri Gg intan Kec Kalidoni  
Agama : Islam

### **RIWAYAT PENDIDIKAN**

Tahun 2010 – 2016 : SD Negeri 67 Palembang  
Tahun 2017 – 2019 : SMP Muhammadiyah 7 Palembang  
Tahun 2019 - 2022 : SMA Muhammadiyah 5 Palembang  
Tahun 2022 – 2025 : Program Studi DIII Keperawatan – Fakultas Kesehatan dan Teknologi Universitas Aisyiyah Palembang

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dinda Trisnawati  
Tempat/Tanggal Lahir : Palembang, 27-oktober-2003  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Alamat : Lr Wanaasri Gg intan Kec Kalidoni  
Telepon/HP : 089627935451  
Judul Penelitian : Penerapan Terapi Senam Diabetes  
Terhadap Ketidakstabilan Glukosa darah Lansia  
Dengan Diabetes Mellitus Di PSLU Harapan Kita  
II  
Dipublikasikan di : Universitas Aisyiyah Palembang

Dengan ini menyatakan dengan sebenarnya bahwa penelitian ini dibuat sendiri(bukan plagiat). Apabila dikemudian hari saya memberi pernyataan yang tidak benar sehubungan dengan pernyataan di atas, maka saya bersedia dituntut secara hukum.

Palembang, 19 Juli 2025

Yang Menyatakan



Dinda Trisnawati  
NIM. 221440101033

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS  
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas Universitas Aisyiyah Palembang, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dinda Trisnawati  
NIM : 221440101033  
Program Studi : DIII Keperawatan  
Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas 'Aisyiyah Palembang Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) atas Skripsi yang berjudul "Penerapan Terapi Senam Diabetes Terhadap Ketidakstabilan Glukosa Darah Lansia Dengan Diabetes Mellitus Di PSLU Hara" beserta perangkat yang ada (jika di perlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Aisyiyah Palembang berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Di buat di : Universitas Aisyiyah Palembang

Pada tanggal : 14 Oktober 2025

Yang menyatakan



Dinda Trisnawati  
NIM.221440101033

## KATA PENGANTAR



*Assalamu'alaikum. Warahmatullahi. Wabarakatuh.*

Dengan memanjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga Karya Tulis Ilmiah (Studi Kasus) yang berjudul “Penerapan Terapi Senam Diabetes Terhadap Ketidakstabilan Glukosa Darah Lansia Dengan Diabetes Mellitus Di PSLU Harapan Kita II Palembang Tahun 2025” dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Karya Tulis Ilmiah (Studi Kasus) ini dibuat dalam rangka untuk memenuhi syarat ujian Tingkat III Semester VI di Prodi DIII Keperawatan Universitas Aisyiyah Palembang. Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah (Studi Kasus) ini penulis banyak mengalami hambatan, namun berkat bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak maka Karya Tulis Ilmiah (Studi Kasus) ini dapat diselesaikan.

Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Khoirin, SKM, M. Kes., selaku Rektor Universitas Aisyiyah Palembang dan selaku Dosen Pembimbing II dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah (Studi Kasus) yang selalu membimbing, serta memberi kritik dan saran.
2. Ibu Ns. Neng Annis Fathia, M. Kep., selaku Wakil Rektor 1 Universitas Aisyiyah Palembang dan selaku Dosen Pembimbing I dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah (Studi Kasus) yang selalu membimbing, serta memberi kritik dan saran.
3. Ibu Septi Vantri K, S.Kep., M.Kes selaku penguji utama saya dalam Karya Tulis Ilmiah (Studi Kasus) yang selalu membimbing, serta memberi kritik dan saran.

5. Bapak Ns. Miming Oxyandi, S.Kep., M.kes., M.Kep., Ph.D selaku Dekan Universitas 'Aisyiyah Palembang
6. Kepala PSU Harapan Kita II yang telah memberikan izin untuk mengadakan penelitian Karya Tulis Ilmiah (Studi Kasus).
7. Seluruh dosen, staf, dan karyawan Prodi DIII Keperawatan Universitas Aisyiyah Palembang atas jasa-jasanya selama penulis menuntut ilmu.

Akhirnya, Allah Azza Wajalla Jualah Yang Maha Sempurna untuk membalas segala kebaikan dan bantuan. Semoga limpahan Rahman dan Rahim Allah tercurah kepada kita semua. Mudah-mudahan Allah ridha sehingga Karya Tulis Ilmiah (Studi Kasus) ini dapat bermanfaat adanya. Amin

Sesungguhnya masih banyak lagi pihak yang membantu, namun tidak sempat peneliti sebutkan satu persatu disini. Untuk itu, peneliti mohon maaf dan menyampaikan terima kasih atas segala bantuan dan kebaikannya.

Akhirnya, Allah Azza Wajalla jualah yang Maha Sempurna untuk membalas segala kebaikan dan bantuan. Semoga limpahan rahman dan rahim Allah tercurah kepada kita semua. Mudah-mudahan Allah ridha sehingga Skripsi ini dapat bermanfaat adanya. Amiin.

*Wassalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Palembang, 15 Mei 2025



Peneliti

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>vi</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....</b>	<b>vii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>ix</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xi</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR SKEMA .....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Konsep Dasar Diabetes Mellitus .....	8

1. Definisi .....	10
2. Anatomi Fisiologi .....	10
3. Fisiologi Pankreas .....	10
4. Etiologi .....	12
5. Manifestasi Klinis .....	14
6. Patofisiologi .....	12
7. Patway .....	13
8. Komplikasi .....	18
9. Klasifikasi .....	18
10. Pemeriksaan Penunjang .....	18
11. Penatalaksanaan .....	21
<b>B Konsep Dasar Diabetes Mellitus .....</b>	
1. Definisi .....	21
2. Manfaat Senam Lansia .....	21
3. Cara Melakukan Senam Lansia .....	21
<b>C. Konsep Dasar Asuhan Keperawatan .....</b>	23
1. Pengkajian .....	23
2. Diagnosa Keperawatan .....	29
3. Intervensi Keperawatan .....	31
4. Implementasi .....	32
5. Evaluasi .....	42
<b>D. Penelitian Terdahulu .....</b>	43
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Pendekatan Desain Penelitian .....	53
B. Kerangka Konsep .....	53
C. Definisi Operasional .....	54
D. Subjek Penelitian .....	56
E. Prosedur Penelitian .....	56
F. Fokus Studi Kasus .....	57
G. Teknik Pengumpulan Data .....	57
H. Instrumen Pengumpulan Data .....	58
I. Keabsahan Data .....	59
J. Etika Studi Kasus .....	60
K. Analisis Data .....	61
<b>BAB IV PENELITIAN</b>	
A. Keadaan Umum Lokasi.....	62
B. Karakteristik Subjek Penelitian .....	62
C. Pengkajian .....	64

**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	114
B. Saran .....	115

**DAFTAR PUSTAKA LAMPIRAN-LAMPIRAN**

**DAFTAR SKEMA**

Skema 3.1 KerangkaTeori .....	53
Skema 3.1 Kerangka Konsep .....	53

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 : Lembar pengajuan judul
- Lampiran 2 : Lembar Konsultasi Bimbingan Karya Tulis Ilmiah
- Lampiran 3 : Surat Persetujuan Proposal Karya Tulis Ilmiah
- Lampiran 4 : Surat Izin Melakukan Penelitian
- Lampiran 5 : Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6 : Format Pengkajian Keperawatan Gerontik
- Lampiran 7 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden 1
- Lampiran 8 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden 2
- Lampiran 9 : Surat Permohonan Menjadi Responden