

**ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA TN. S DENGAN
PENERAPAN SENAM KAKI DIABETIK TERHADAP
PENINGKATAN PERFUSI PERIFER PADA LANSIA
PENDERITA DIABETES MELITUS DI PSTW
SABAI NAN ALUIH SICINCIN**

KEPERAWATAN GERONTIK



Oleh

Cici Ayu Ratna Sari

2414901006

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

TAHUN 2025

PERNYATAAN LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS
ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA TN. S DENGAN
PENERAPAN SENAM KAKI DIABETIK TERHADAP
PENINGKATAN PERFUSI PERIFER PADA LANSIA
PENDERITA DIABETES MELITUS DI PSTW
SABAI NAN ALUIH SICINCIN

Cici Ayu Ratna Sari, S. Kep

2414901006

Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah disetujui,

September 2025

Oleh:

Pembimbing



(Ns. Ledia Restipa, M. Kep)

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifiah Padang



(Ns. Syahvia Oresti, M. Kep, Ph. D)

**PERNYATAAN PENGUJI LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR
NERS**

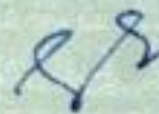
**ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA TN. S DENGAN
PENERAPAN SENAM KAKI DIABETIK TERHADAP
PENINGKATAN PERFUSI PERIFER PADA LANSIA
PENDERITA DIABETES MELITUS DI PSTW
SABAI NAN ALUIH SICINCIN**

Cici Ayu Ratna Sari, S. Kep

2414901006

**Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah diuji dan telah dinilai oleh
penguji Program Studi Pendidikan Profesi Ners pada September 2025
Oleh:**

TIM PENGUJI

Pembimbing (Ns. Ledia Restipa, S. Kep, M. Kep) ()

Penguji I (Ns. Rika Syafitri, S. Kep, M. Kep) ()

Penguji II (Ns. Tomi Jepisa, S. Kep, M. Kep) ()

Disahkan Oleh:
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifiah Padang



(Ns. Suciela Oresti, M. Kep, Ph. D)

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
Karya Ilmiah Akhir Ners, Agustus 2025
Cici Ayu Ratna Sari, S. Kep

Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Tn. S Dengan Penerepan Senam Kaki Diabetes Terhadap Peningkatan Perfusi Perifer Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus Di Pstw Sabai Nan Aluih Sicincin tahun 2025.

xii + 118 Halaman + 6 Tabel + 4 Gambar + 6 Lampiran

RINGKASAN EKSLUSIF

Diabetes melitus termasuk penyakit metabolik kronis yang kerap dialami lansia dan berpotensi menimbulkan komplikasi neuropati perifer. Gejalanya antara lain kesemutan, nyeri, mati rasa, dan risiko ulkus diabetikum. Data Dinas Kesehatan Sumatera Barat (2021) mencatat prevalensi DM 1,3%, mendekati angka nasional 1,5%, dengan kasus tertinggi di Kota Padang sebanyak 12.231 kasus. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif, murah, dan mudah dilakukan adalah senam kaki diabetik untuk memperbaiki sirkulasi darah, kekuatan otot, dan fungsi saraf perifer. Studi kasus ini bertujuan mengetahui pengaruh senam kaki diabetik terhadap peningkatan perfusi perifer penderita DM.

Pengkajian pada Tn. S menunjukkan telah menderita DM selama dua tahun dengan keluhan kesemutan, panas pada telapak kaki, nyeri saat berjalan tanpa alas, mati rasa, dan kaku. Pemeriksaan sensitivitas kaki metode monofilament menunjukkan 5 titik pada kaki kanan dan 2 titik pada kaki kiri, CRT > 2 detik. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan meliputi ketidakstabilan kadar glukosa darah, perfusi perifer tidak efektif, dan intoleransi aktivitas. Intervensi yang diberikan berupa senam kaki diabetik dengan 10 gerakan selama 20–30 menit, satu kali sehari selama tiga hari berturut-turut, disertai edukasi mandiri.

Evaluasi menunjukkan peningkatan sensitivitas kaki menjadi 3 titik pada kaki kanan dan 1 titik pada kaki kiri, serta CRT < 3 detik. Pasien melaporkan berkurangnya kesemutan dan nyeri. Senam kaki diabetik terbukti efektif meningkatkan perfusi perifer pada lansia dengan DM. Disarankan pasien melakukan secara rutin, dan institusi pelayanan lansia mengintegrasikan program ini untuk pencegahan komplikasi.

Daftar Pustaka : 2018-2024

Kata kunci : Diabetes Melitus, Senam Kaki Diabetes, Tingkat Sensitivitas Kaki

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
Karya Ilmiah Akhir Ners, Agustus 2025
Cici Ayu Ratna Sari, S. Kep

Gerontic Nursing Care for Mr. S with the Implementation of Diabetic Foot Exercises to Increase Peripheral Perfusion in Elderly Patients with Diabetes Mellitus at Pstw Sabai Nan Aluih Sicincin in 2025.

xii + 118 Pages + 6 Tables + 4 Figures + 6 Attachments

EXCLUSIVE SUMMARY

Diabetes mellitus is a chronic metabolic disease that often affects the elderly and can potentially lead to complications such as peripheral neuropathy. Symptoms include tingling, pain, numbness, and the risk of diabetic ulcers. Data from the West Sumatra Health Office (2021) recorded a DM prevalence of 1.3%, approaching the national figure of 1.5%. The highest number of cases was in Padang City, with 12,231 cases. One effective, inexpensive, and easy-to-perform non-pharmacological intervention is diabetic foot exercises to improve blood circulation, muscle strength, and peripheral nerve function. This case study aims to determine the effect of diabetic foot exercises on improving peripheral perfusion in DM patients.

The assessment showed that Mr. S had suffered from diabetes for two years with complaints of tingling, burning sensation in the soles of the feet, pain when walking barefoot, numbness, and stiffness. The monofilament foot sensitivity examination showed 5 points on the right foot and 2 points on the left foot, CRT > 2 seconds. The established nursing diagnoses included unstable blood glucose levels, ineffective peripheral perfusion, and activity intolerance. The intervention provided was diabetic foot exercises with 10 movements for 20–30 minutes, once a day for three consecutive days, accompanied by self-education.

Evaluation showed increased foot sensitivity to 3 points on the right foot and 1 point on the left foot, with a CRT of <3 seconds. The patient reported reduced tingling and pain. Diabetic foot exercises have been shown to effectively improve peripheral perfusion in older adults with diabetes. Patients are advised to perform these exercises regularly, and elderly care institutions should integrate this program to prevent complications.

Reading List: 2018-2024

Keywords: Diabetes Mellitus, Diabetic Foot Exercises, Foot Sensitivity Level