



**KARYA ILMIAH AKHIR**

**IMPLEMENTASI LATIHAN FISIK BERBASIS *TAI CHI EXERCISE*  
PADA PASIEN DM TIPE II DENGAN MASALAH KEPERAWATAN  
KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH  
DI RUANG ANTURIUM RSD. dr. SOEBANDI JEMBER**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan  
Program Profesi Ners

Oleh :

**Dina Aulia Safira, S.Kep**

NIM: 2301031045

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
TAHUN 2024**

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**IMPLEMENTASI AKTIVITAS FISIK BERBASIS *TAI CHI EXERCISE*  
PADA PASIEN DM TIPE II DENGAN MASALAH KEPERAWATAN  
KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH  
DI RUANG ANTURIUM RSD. dr. SOEBANDI JEMBER**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan  
Program Profesi Ners

Oleh :

**Dina Aulia Safira, S.Kep**

NIM: 2301031045

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
TAHUN 2024**

## HALAMAN PERSETUJUAN

# IMPLEMENTASI LATIHAN FISIK BERBASIS *TAI CHI EXERCISE* PADA PASIEN DM TIPE II DENGAN MASALAH KEPERAWATAN KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH DI RUANG ANTURIUM RSD. dr. SOEBANDI JEMBER

Oleh :


**Dina Aulia Safira, S.Kep**

NIM: 2301031045

Karya Ilmiah Akhir ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan tim penguji karya ilmiah akhir Ilmu Kesehatan Program Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 15 Juli 2024

Pembimbing I



**Dr. Cipto Susilo, S.Kep.,S.Pd.,M.Kep**  
NPK. 1970071519305382

## PENGESAHAN

### IMPLEMENTASI LATIHAN FISIK BERBASIS *TAI CHI EXERCISE* PADA PASIEN DM TIPE II DENGAN MASALAH KEPERAWATAN KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH DI RUANG ANTURIUM RSD. dr. SOEBANDI JEMBER

Oleh :

**Dina Aulia Safira, S.Kep**

NIM: 2301031045

Dewan Penguji Ujian Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi  
Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah  
Jember

Jember, 17 Juli 2024

Penguji,

1. Penguji I : Ns. Muhammad Ali Hamid, S.Kep., M.Kes (.....)  
NPK. 19810807 1 0310368
2. Penguji II : Ns. Ginanjar Sasmito Adi., M.Kep., Sp.Kep.MB (.....)  
NPK. 19900210 1 1509368
3. Penguji III : Dr. Cipto Susilo, S.Kep., S.Pd., M.Kep (.....)  
NPK. 1970071519305382

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Jember



Ns. Sri Wahyuni A, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom  
NPK. 1988030311703821

## PENGUJI KARYA ILMIAH AKHIR

Dewan Penguji Ujian Karya Ilmiah Akhir  
Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Jember  
Jember, 12 Juli 2024

Penguji 1

  
Ns. Muhammad Ali Hamid, S.Kep.,M.Kes  
NPK. 19810807 1 0310368

Penguji 2

  
Ns. Ginanjar Sasmito Adi, S.Kep.,M.Kep.,Sp.Kep.MB  
NPK. 19900210 1 1509368

Penguji 3

  
Dr. Cipto Susilo, S.Kep.,S.Pd.,M.Kep  
NPK. 1970071519305382

## LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillah hirobbil'alamin puji syukur kepada Allah SWT atas rahmat serta hidayah-Nya yang selalu memberikan kekuatan, kesabaran, kelancaran serta kemudahan dalam menyusun karya ilmiah akhir ini. Sholawat serta salam tidak lupa tercurahkan kepada Nabi Muhammad Shollahualaihi Wasallam sebagai mana kita tahu bahwa beliaulah yang telah menuntun kita kejalan yang lebih baik. Semua ini tidak terlepas dari segala bantuan doa dan motivasi dari orang yang saya hormati dan saya sayangi. Karya Ilmiah Akhir ini saya persembahkan kepada:

1. Allah SWT yang telah memberi kemudahan serta belajar nikmatnya berusaha dan bersabar penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.
2. Kedua orang tua saya yaitu Ayah Jamal Hidayat, S.H dan Ibu tersabar saya yaitu Ibu Puji Astutik, S.H yang telah mendoakan dengan tulus serta ikhlas mensupport saya dalam keadaan apapun dan yang paling utama adalah kasih sayang yang begitu besar dan tidak ada duanya, biaya yang melimpah ruah sehingga terlaksana satu tingkat lebih tinggi lagi gelar untuk saya.
3. Adik saya yaitu Irene Cantika Sari sudah menjadi adik yang *supportive*.
4. Terimakasih kepada dosen pembimbing Dr. Cipto Susilo, S.Kep.,S.Pd.,M.Kep telah membimbing saya disetiap penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini, serta meluangkan banyak waktu dan tenaga untuk memberikan kelancaran kepada anak didiknya untuk menuju kesuksesan.
5. Almamater Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jember, terimakasih telah membantu mewujudkan cita-cita saya.


6. Teman-teman seperjuangan di Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember angkatan 2022 / A13 terimakasih atas doa dan dukungannya.



## SURAT PERNYATAAN

Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini merupakan hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dirujuk telah saya nyatakan benar. Jika dikemudian hari didapatkan bukti bahwa KIA yang saya tulis merupakan hasil plagiasi milik orang lain, saya bersedia menerima sanksi undang-undang dan peraturan yang berlaku.

Jember, 15 Juli 2024



(Dina Aulia Safira, S.Kep.  
NIM.2301031045)



## MOTTO

النَّصِيرُ وَنِعْمَ الْمَوْلَىٰ نِعْمَ الْوَكِيلُ وَنِعْمَ اللَّهُ حَسْبُنَا

“Cukuplah Allah sebagai penolong kami  
dan Allah adalah sebaik-baiknya tempat bersandar”  
(QS. Ali Imran : Ayat 173)

“Letakkan aku dalam hatimu, maka aku akan meletakkanmu dalam hatiku”  
(Q.S Al-Baqarah:152)

*“Ternyata benar, ilmu dan cita-cita tidak akan bisa berjalan bersamaan dengan cinta, dan kesepian adalah harga yang harus dibayar. Ternyata melepas payung tidak seburuk itu ya, Andrian. Kunikmati hujan badainya, akhirnya reda juga. With or without, I'm still a Ners”*

(Dina, 2024)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini. Penulisan Karya Ilmiah Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners pada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan berbagai pihak pada penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan laporan ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Hanafi, M.Pd, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember
2. Ns. Sri Wahyuni Andriani, S.Kep., M.Kep.,Sp. Kep.Kom . selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
3. Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep. selaku Wakil Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
4. Ns. Ginanjar Sasmito Adi, S.Kep., M.Kep.,Sp. MB selaku Kaprodi Program Studi Profesi Ners
5. Bapak Dr. Cipto Susilo, S.Kep.,S.Pd.,M.Kep selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.
6. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral
7. Sahabat dan juga teman-teman A14 yang telah banyak membantu dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini.

Semoga bantuan serta budi baik yang telah diberikan kepada penulis, mendapat balasan dari Allah SWT. Besar harapan penulis agar Karya Ilmiah Akhir ini dapat bermanfaat

Jember, 15 Juli 2024

**Dina Aulia Safira, S.Kep**

NIM: 2301031045



## DAFTAR ISI

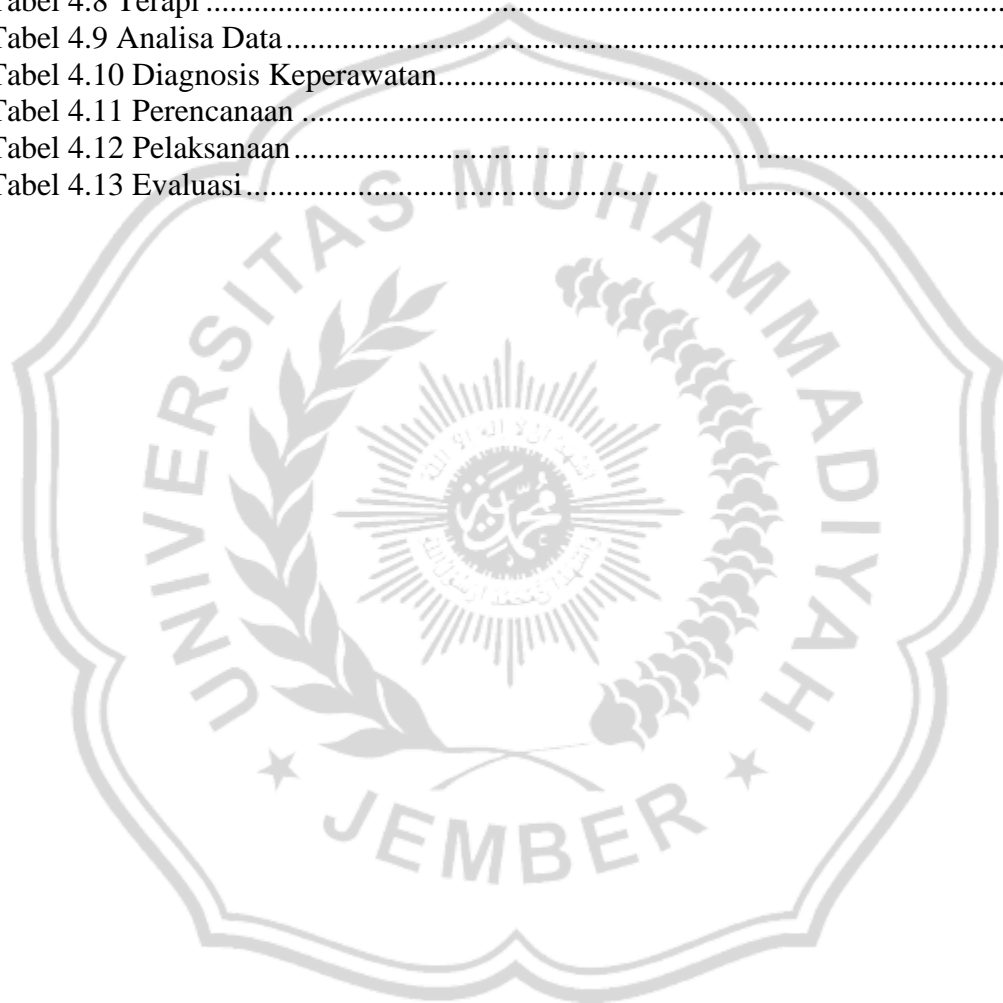
<b>HALAMAN SAMPUL LUAR .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN SAMPUL DALAM.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>PENGUJI KARYA ILMIAH AKHIR .....</b>	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>ix</b>
<b>PERNYATAAN KARYA SENDIRI .....</b>	<b>x</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>xi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvi</b>
<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
2.1 Konsep Diabetes Millitus Tipe II.....	7
2.2 Konsep Ketidaksatabilan Kadar Glukosa Darah.....	13
2.3 Konsep <i>Tai Chi Exercise</i> .....	14
2.4 Konsep Asuhan Keperawatan .....	18
2.5 Keaslian Penelitian.....	32
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>35</b>
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian .....	35
3.2 Subjek Penelitian atau Kasus .....	35
3.3 Fokus Penelitian.....	35
3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	35
3.5 Instrumen Penelitian .....	35
3.6 Metode Pengumpulan Data.....	36
3.7 Analisis Data dan Penyajian Data .....	37

3.8 Etik Penelitian .....	37
<b>BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>39</b>
4.1 Hasil Pengkajian Keperawatan .....	39
4.2 Pembahasan Pengkajian Keperawatan.....	72
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	81
<b>BAB 5 PENUTUP.....</b>	<b>81</b>
5.1 Kesimpulan .....	82
5.2 Saran .....	83
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>85</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Pemeriksaan Kadar Gula Darah.....	25
Tabel 2.2 Perencanaan Keperawatan .....	27
Tabel 2.3 Keaslian Penelitian.....	32
Tabel 4.5 Identitas Klien .....	39
Tabel 4.6 Riwayat Penyakit dan Pemeriksaan <i>Head to Toe</i> .....	39
Tabel 4.7 Pemeriksaan Fisik .....	44
Tabel 4.8 Terapi .....	46
Tabel 4.9 Analisa Data .....	46
Tabel 4.10 Diagnosis Keperawatan.....	48
Tabel 4.11 Perencanaan .....	49
Tabel 4.12 Pelaksanaan.....	52
Tabel 4.13 Evaluasi.....	68



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran1. SOP <i>Tai Chi Exercise</i> .....	88
Lampiran 2. Lembar Konsul` .....	91
Lampiran 3. Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian .....	92

