

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN YOGA DALAM UPAYA PEMENUHAN
KEBUTUHAN AKTIVITAS FISIK PADA LANSIA DENGAN
DIABETES MELLITUS TIPE II DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS GODEAN I**



DAFID ILHAM

P07120522040

PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS

JURUSAN KEPERAWATAN

POLITEKNIK KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA

TAHUN 2023

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN YOGA DALAM UPAYA PEMENUHAN
KEBUTUHAN AKTIVITAS FISIK PADA LANSIA DENGAN
DIABETES MELLITUS TIPE II DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS GODEAN I**

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ners



DAFID ILHAM

P07120522040

**PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2023**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)

**“PENERAPAN YOGA DALAM UPAYA PEMENUHAN
KEBUTUHAN AKTIVITAS FISIK PADA LANSIA DENGAN
DIABETES MELLITUS TIPE II DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS GODEAN I”**

Disusun Oleh :

**DAFID ILHAM
P07120522040**

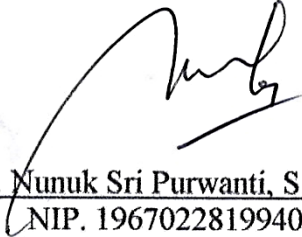
Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

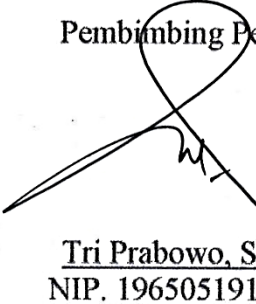
05 Juni 2023

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping


Dr. Nunuk Sri Purwanti, S.Kp.,M.Kes
NIP. 196702281994032001


Tri Prabowo, S.Kp.,M.Sc
NIP. 196505191988031001

Yogyakarta, Juni 2023

Ketua Jurusan Keperawatan


Bondan Palestin, SKM.,M.Keper.,Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)

“Penerapan Yoga Dalam Upaya Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Fisik Pada Lansia Dengan Diabetes Mellitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Godean I”

Disusun oleh:
Dafid Ilham
P07120522040

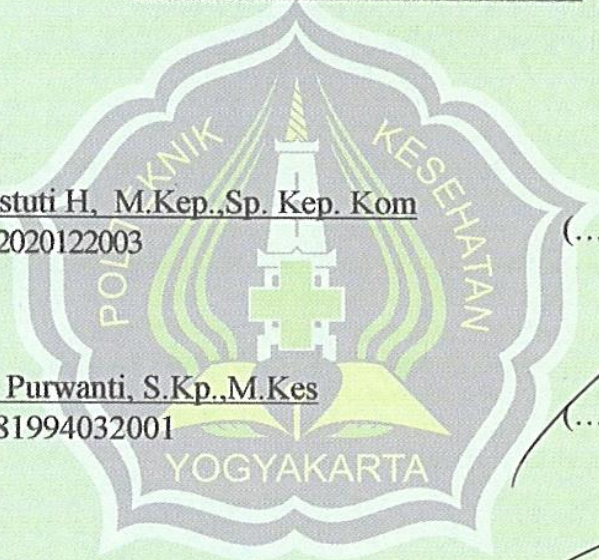
Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
Pada tanggal: 08 Juni 2023

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Ns. Tri Widyastuti H., M.Kep.,Sp. Kep. Kom
NIP. 198511162020122003

Anggota,
Dr. Nunuk Sri Purwanti, S.Kp.,M.Kes
NIP. 196702281994032001

Anggota,
Tri Prabowo, S.Kp.,M.Sc
NIP. 196505191988031001



Primi
.....
[Signature]
.....
[Signature]
.....


Yogyakarta, Juni 2023
Kepada Jurusan Keperawatan

Bondan Palestin, SKM, M.Kep., Sp.Kom
NIP. 197207161994031005



HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya ilmiah akhir Ners ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Dafid Ilham
NIM : P07120522040
tanda tangan : 
tanggal: **08 Juni 2023**

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIAN
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademika Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dafid Ilham
NIM : P07120522040
Program Studi : Profesi Ners
Jurusan : Keperawatan

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas Tugas Akhir Profesi Ners (KIAN) saya yang berjudul :

Penerapan Yoga Dalam Upaya Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Fisik Pada Lansia Dengan Diabetes Mellitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Godean I Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta
Pada tanggal : 08 Juni 2023

Yang menyatakan



(Dafid Ilham)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya ilmiah akhir Ners (KIAN) ini. Penulisan KIAN ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. KIAN ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Ismawanto, S.Pd.,M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan ijin dan kesempatan penulis untuk menempuh jenjang pendidikan di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Bondan Palestin, SKM, M. Kep, Sp.Kom, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan ijin dan kesempatan untuk menyusun laporan kasus sebagai tugas akhir.
3. Ns. Harmilah, S.Pd., S.Kep., M.Kep., Sp.MB, selaku Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan dan dukungan untuk menyusun laporan kasus sebagai tugas akhir.
4. Dr. Nunuk Sri Purwanti, S.Kp., M.Kes, selaku pembimbing utama yang selalu memberikan bimbingan, arahan, saran, dan motivasi dalam penyusunan KIAN ini.
5. Tri Prabowo, S.Kp., M.Sc, selaku pembimbing pendamping yang selalu memberikan bimbingan, arahan, saran, dan motivasi dalam penyusunan KIAN ini.
6. Ns. Tri Widyastuti H, M.Kep.,Sp.Kep.,Kom, selaku penguji dalam seminar penyusunan KIAN ini.
7. Drg. Isah Listyani, MPH selaku Kepala Puskesmas Godean I yang telah memberikan ijin dari puskesmas untuk melakukan penyusunan KIAN ini.
8. Hari Mulyani S.Kep., Ns, selaku pembimbing lahan praktik yang selalu memberikan bimbingan dalam penyusunan KIAN ini.
9. Lansia Tn. T dan Tn. B yang telah bersedia menjadi pasien kasus kelolaan.

10. Orang tua, adik dan keluarga penulis yang telah memberikan bantuan dukungan material, moral, dan doa yang selalu dipanjatkan.

11. Sahabat yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan KIAN ini.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan mambalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Asuhan Keperawatan Gerontik ini membawa manfaat bagi pengemban ilmu.

Yogyakarta, Mei 2023

Penulis

DAFID ILHAM

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|---|---------|
| KARYA ILMIAH AKHIR NERS | i |
| PERSETUJUAN PEMBIMBING KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN) | ii |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | iii |
| HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS..... | iiiv |
| HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIAN..... | iv |
| KATA PENGANTAR | vi |
| DAFTAR ISI..... | viii |
| DAFTAR GAMBAR | x |
| DAFTAR TABEL..... | xi |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xii |
| ABSTRACT..... | xiii |
| ABSTRAK | xivv |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang..... | 1 |
| B. Tujuan Penelitian..... | 4 |
| C. Manfaat Penelitian..... | 5 |
| D. Ruang Lingkup | 6 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... | 7 |
| A. Konsep Kebutuhan Aktivitas Fisik Lansia Dengan Diabetes Mellitus | 7 |
| B. Hasil Literature Review | 19 |
| C. Konsep Asuhan Keperawatan Lansia Dengan Diabetes Mellitus | 28 |
| D. WOC (Web Of Causation) Penerapan Yoga Pada Lansia dengan Diabetes Mellitus | 39 |
| BAB III LAPORAN KASUS..... | 40 |
| A. Uraian Kasus 1..... | 40 |
| 1. Pengkajian Keperawatan..... | 40 |
| 2. Diagnosa Keperawatan | 42 |
| 3. Intervensi Keperawatan | 43 |
| 4. Implementasi Keperawatan..... | 44 |
| 5. Evaluasi Keperawatan..... | 45 |
| B. Uraian Kasus 2..... | 46 |
| 1. Pengkajian Keperawatan..... | 46 |
| 2. Diagnosa Keperawatan | 49 |

| | |
|-----------------------------------|----|
| 3. Intervensi Keperawatan | 50 |
| 4. Implementasi Keperawatan..... | 50 |
| 5. Evaluasi Keperawatan..... | 51 |
| BAB IV PEMBAHASAN..... | 53 |
| A. Pengkajian | 53 |
| B. Diagnosa Keperawatan | 56 |
| C. Intervensi Keperawatan | 58 |
| D. Implementasi Keperawatan | 59 |
| E. Evaluasi Keperawatan | 61 |
| BAB V PENUTUP..... | 64 |
| A. Kesimpulan..... | 64 |
| B. Saran | 65 |
| DAFTAR PUSTAKA | 66 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---------------------------------------|----|
| Gambar 1. Meditasi Penenang | 16 |
| Gambar 2. Suptha Baddha Konasana..... | 16 |
| Gambar 3. Janu Sirsana..... | 17 |
| Gambar 4. Bharadvajasana..... | 17 |
| Gambar 5. Marichiyasana I..... | 18 |
| Gambar 6. Savasana | 18 |
| Gambar 7. WOC..... | 39 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 1. Kadar Glukosa Sewaktu Pada Pasien Usia Lanjut..... | 10 |
| Tabel 2. Pertanyaan Klinis PICOT..... | 19 |
| Tabel 3. Penelusuran Literature | 20 |
| Tabel 4. Analisis Jurnal..... | 21 |
| Tabel 5. Intervensi Keperawatan..... | 33 |

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Asuhan keperawatan lansia kasus keloan pertama
- Lampiran 2. Asuhan keperawatan lansia kasus kelolaan kedua
- Lampiran 3. Jurnal 1
- Lampiran 4. Jurnal 2
- Lampiran 5. Jurnal 3
- Lampiran 6. Jurnal 4
- Lampiran 7. Jurnal 5
- Lampiran 8. Jurnal 6
- Lampiran 9. Jurnal 7