PENERAPAN AKTIVITAS FISIK JALAN KAKI TERHADAP KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI DESA DUKUH, SUKOHARJO

KARYA TULIS ILMIAH

Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ALVINA LARASATI

202312035

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2026

PENERAPAN AKTIVITAS FISIK JALAN KAKI TERHADAP KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI DESA DUKUH, SUKOHARJO

KARYA TULIS ILMIAH

Karya Tulis Ilmiah Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan

Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma

ALVINA LARASATI

202312035

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2026

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN AKTIVITAS FISIK JALAN KAKI TERHADAP KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI DESA DUKUH, SUKOHARJO

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya pada Program Studi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Karya Tulis Ilmiah yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instasi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Karya Tulis ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya siap mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 30 Juli 2026

Yang menyatakan



Alvina Larasati

NIM 202312035

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama	: Alvina Larasati
NIM	: 202312035
Jenis Karya	: Karya Tulis Ilmiah
Judul	: Penerapan Aktivitas Fisik Jalan Kaki terhadap Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non Exclusive-Royalty-Free Right)* kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data *(data base)*, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta, 30 Juli 2026

Yang menyatakan



Alvina Larasati

NIM 202312035

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan Tugas Akhir dengan judul:

PENERAPAN AKTIVITAS FISIK JALAN KAKI TERHADAP KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI DESA DUKUH, SUKOHARJO

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Karya Tulis Ilmiah Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 27 Juni 2026

Pembimbing

(Eska Dwi Prajayanti, S. Kep., Ns., M. Kep)

NIDN. 0610088702

Mengetahui,

Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan

(Irma Mustika Sari, S. Kep., Ns., M. Kep)

NIDN. 0625048703

PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah Dengan Judul:

PENERAPAN AKTIVITAS FISIK JALAN KAKI TERHADAP KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI DESA DUKUH, SUKOHARJO

Dibuat untuk melengkapai sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Karya tulis ilmiah ini telah diujikan pada siding KTI pada dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai karya tulis ilmiah pada program Studi Diploma III Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 30 Juli 2026

Mengesahkan,

Penguji I 1. Dr. Dyah Rahmawatie R.B.U, S. Kep., Ns., M. Kep (.....)

NIDN. 0615058501

Penguji II 2. Fida' Husain, S. Kep., Ns., M. Kep (.....)

NIDN. 0623089302

Penguji III 3. Eska Dwi Prajayanti, S. Kep., Ns., M. Kep (.....)

NIDN. 0610088702

Mengetahui,

Ketua program Studi DIII Keperawatan

Irma Mustika Sari, S. Kep., Ns., M. Kep

NIDN. 0625048703

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur atas kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat nikmat dan hidayah-Nya, serta shalawat dan salam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul **"PENERAPAN AKTIVITAS FISIK JALAN KAKI TERHADAP KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI DESA DUKUH, SUKOHARJO"**. Karya Tulis Ilmiah ini di susun dan diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan di Universitas 'Aisyiyah Surakarta, selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini penulis telah mendapatkan banyak bimbingan, saran, dukungan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini perkenankanlah penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan kekuatan, kemudahan, serta kelancaran dan segala do'a, ikhtiar yang telah Engkau kabulkan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Dr. Dyah Rahmawatie Ratna Budi Utami, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Surakarta dan selaku dosen penguji I yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
3. Sri Kustiyati, SST, M. Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
4. Irma Mustika Sari, S. Kep., Ns., M. Kep selaku Kaprodi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
5. Eska Dwi Prajayanti, S. Kep., Ns., M. Kep selaku dosen pembimbing yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
6. Fida' Husain, S. Kep., Ns., M. Kep selaku dosen penguji II yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.

7. Seluruh Dosen, Karyawan, dan Staf Prodi Diploma III Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas bimbingan dan bantuan selama penulis menempuh pendidikan keperawatan.
8. Kepada Ny. P dan Ny. I, penulis mengucapkan terima kasih telah bersedia menjadi responden dalam penerapan aktivitas fisik jalan kaki terhadap kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di desa Dukuh, Sukoharjo.
9. Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu tercinta atas segala kasih sayang, doa, dukungan, pengorbanan, serta semangat yang tiada henti diberikan selama perjalanan hidup dan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Terima kasih juga kepada seluruh keluarga yang selalu memberikan perhatian, motivasi, dan bantuan sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik.
10. Secara khusus, penulis juga mengenang dan menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam kepada Bapak tercinta yang telah berpulang lebih dahulu. Meskipun tidak dapat mendampingi hingga saat ini, kasih sayang, nasihat, perjuangan, dan nilai-nilai kehidupan yang telah Bapak tanamkan akan selalu menjadi sumber kekuatan dan inspirasi bagi penulis dalam meraih setiap cita-cita. Semoga Bapak mendapatkan tempat terbaik di sisi-Nya dan senantiasa dikenang dalam setiap langkah kehidupan penulis.
11. Terima kasih kepada teman terdekat yaitu Shinta, Nurul, Nia, Shofi, Riska, Desi, Salsa yang selalu hadir dalam setiap proses perjalanan ini. Terima kasih atas dukungan, semangat, doa, bantuan, serta kebersamaan yang telah diberikan. Kehadiran kalian menjadi sumber motivasi dan kekuatan bagi penulis untuk terus berjuang hingga mampu menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga persahabatan dan kebersamaan yang telah terjalin dapat terus terjaga dengan baik.
12. Dan yang terakhir, terima kasih kepada diri sendiri yang telah berjuang sejauh ini. Terima kasih karena tidak menyerah meskipun menghadapi berbagai tantangan, kelelahan, dan keraguan selama proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Terima kasih telah tetap kuat, sabar, dan terus melangkah meskipun tidak selalu mudah. Setiap usaha, air mata, dan

pengorbanan yang telah dilalui menjadi bukti bahwa tidak ada perjuangan yang sia-sia. Semoga pencapaian ini menjadi pengingat bahwa penulis mampu melewati setiap rintangan dan terus berkembang menjadi pribadi yang lebih baik.

Penulis berharap Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam Karya Tulis Ilmiah ini, untuk itu penulis mengharapkan kritik serta saran demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Surakarta, 27 Juni 2026



Alvina Larasati

202312035