PENERAPAN LATIHAN SENAM PROLANIS UNTUK MENURUNKAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DM DI PUSKESMAS NGORESAN

Karya Tulis Ilmiah

Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan

Pada Program Studi D III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

FAIZAL AKBAR

2022312048

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

FAKUTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2026

PENERAPAN LATIHAN SENAM PROLANIS UNTUK MENURUNKAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DM DI PUSKESMAS NGORESAN

Karya Tulis Ilmiah

Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan

Pada Program Studi D III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

FAIZAL AKBAR

2022312048

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

FAKUTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2026

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

"PENERAPAN LATIHAN SENAM PROLANIS UNTUK
MENURUNKAN KADAR GULA DARAH
PADA PASIEN DM DI PUSKESMAS
NGORESAN"

yang dibuat untuk melengkapi Sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya pada Program Studi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketaui 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, 4 Juli 2026

Yang menyatakan



Faizal Akbar

2022312048

Dipindai dengan CamScanner

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Faisal Akbar

NIM : 2022312048

Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Judul : Penerapan Lathian Senam Prolanis Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien DM Di Puskesmas Ngoresan

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, 4 Juli 2026

Yang menyatakan



Faizal Akbar

2022312048

Dipindai dengan CamScanner

LAPORAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan Tugas Akhir dengan judul:

"PENERAPAN LATIHAN SENAM PROLANIS UNTUK
MENURUNKAN KADAR GULA DARAH
PADA PASIEN DM DI PUSKESMAS NGORESAN"

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan Pada seminar hasil Karya Tulis Ilmiah Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 4 Juli 2026

Pembimbing

Hermawati,SPd., S.kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0623027702

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 LATIHAN SENAM PROLANIS UNTUK MENURUNKAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DM DI PUSKESMAS NGORESAN"

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

Surakarta, 4 Juli 2026

Mengesahkan,

Penguji I	Irma Mustika Sari, S.Kep.,Ns.,M.Kep NIDN. 0625048703	(.....)
Penguji II	Eska Dwi Prajayanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep NIDN. 0610088702	(.....)
Penguji III	Hermawati,SPd., S.kep., Ns., M.Kep NIDN. 0623027702	(.....)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan

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

NIDN.0625048703

vi

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 Lathian Senam Prolanis Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien DM Di Puskesmas Ngoresan". 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., Kep selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
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 dan selaku dosen penguji II yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
5. Hermawati, SPd., S.kep., Ns., M.Kep selaku dosen peguji III yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
6. Irma Mustika Sari, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku dosen penguji I yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
7. Eska Dwi Prajayanti, 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

8. Seluruh Dosen, Karyawan, dan Staf Prodi Diploma III Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas bimbingan dan bantuan selama penulis menempuh pendidikan keperawatan.
9. Kepala Puskesmas Ngoresan, terimakasih atas izin, kesempatan, dan dukungan yang telah diberikan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di lingkungan Puskesmas Ngoresan
10. Bapak, dan Ibu yang telah memberikan do’a, nasihat kasih sayang, cinta, semangat, dan motivasi moral maupun material.
11. Elsa Isnaini Rodiyah, yang telah menjadi salah satu sumber semangat bagi penulis, terimakasih atas dukungan dan semangat sehingga penulis dapat berusaha menyelesaikan Karya Tulia Ilmiah ini dengan sebaik baiknya.
12. Terima kasih untuk teman dekat saya yang telah membantu dan memberikan semangat untuk menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah.
13. Dan yang terakhir, kepada diri saya sendiri terimakasih sudah bertahan sejauh ini dan merayakan dirimu sendiri sampai di titik ini.

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, 4 Juli 2026

Faizal Akbar

2022312048