

KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA NY. E DENGAN KASUS
DIABETES MELITUS MENGGUNAKAN PENERAPAN *BRISK
WALKING EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN KADAR
GULA DARAH DI KELURAHAN LAMBUNG BUKIT
KECAMATAN PAUH KOTA PADANG**



**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2024**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
KARYA ILMIAH AKHIR
Januari, 2024**

**Nama : Tifa Ramadhani
NIM : 2241312103**

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA NY. E DENGAN KASUS
DIABETES MELITUS MENGGUNAKAN PENERAPAN *BRISK
WALKING EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN KADAR
GULA DARAH DI KELURAHAN LAMBUNG BUKIT
KECAMATAN PAUH KOTA PADANG**

ABSTRAK

Diabetes Melitus merupakan salah satu penyakit yang berbahaya yang biasa disebut sebagai *silent killer*, yang merupakan salah satu masalah kesehatan yang besar, keluhan utama Diabetes Melitus yaitu terjadinya peningkatan kadar glukosa darah pada seseorang yang dapat menimbulkan komplikasi pada berbagai macam organ tubuh. Kadar glukosa darah dapat dikendalikan dengan metode 4 pilar, yaitu: edukasi, terapi gizi medis, latihan fisik atau jasmani dan terapi farmakologi. Salah satu latihan fisik yang dapat menurunkan kadar glukosa darah yaitu *brisk walking exercise*. *Brisk Walking Exercise* berguna untuk menurunkan kadar glukosa darah pada seseorang. Tujuan dari laporan ini adalah untuk memaparkan Asuhan Keperawatan Keluarga Ny. E dengan kasus Diabetes Melitus melalui penerapan *brisk walking exercise*. Metode penulisan ini adalah dengan penggunaan studi kasus. Diagnosa keperawatan yang ditemukan adalah manajemen kesehatan keluarga tidak efektif b.d kompleksitas program perawatan/pengobatan d.d Ny. E mengatakan pola makan tidak menjadi faktor risiko terjadinya diabetes melitus, Ny. E tidak selalu kontrol setiap bulan ke Puskesmas karena tidak ada anaknya yang bisa membawa ia pergi berobat ke Puskesmas, pada saat dilakukan pemeriksaan kadar gula darah Ny. E yaitu 283 mg/dL, Ny. E mengatakan ia jarang melakukan olahraga dan aktivitas secara tertatur. Intervensi keperawatan yang diberikan yaitu dukungan koping keluarga dan dukungan keluarga dalam merencanakan perawatan. Hasil implementasi didapatkan menurunnya kadar glukosa darah Ny. E yaitu dari 280 mg/dL menjadi 254 mg/dL, sebesar 26 mg/dL. Disarankan untuk menerapkan *brisk walking exercise* sebagai alternatif untuk menurunkan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus.

Kata Kunci : *Brisk Walking Exercise*, Diabetes Melitus, Kadar Gula Darah

Daftar Pustaka : 40 (2010-2023)

**FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
FINAL SCIENTIFIC WORK
January, 2024**

Name : Tifa Ramadhani, S.Kep

NIM : 2241312103

**FAMILY NURSING CARE FOR NY. E WITH CASE OF DIABETES MELLITUS
WITH APPLICATION BRISK WALKING EXERCISE TO REDUCE BLOOD
SUGAR LEVELS IN LAMBUNG BUKIT VILLAGE, PAUH DISTRICT,
PADANG CITY**

ABSTRACT

Diabetes Mellitus is a dangerous disease which is usually referred to as a silent killer, which is a major health problem. The main complaint of Diabetes Mellitus is an increase in blood glucose levels in a person which can cause complications in various body organs. Blood glucose levels can be controlled using the 4 pillar method, namely: education, medical nutritional therapy, physical or physical exercise and pharmacological therapy. One physical exercise that can reduce blood glucose levels is brisk walking exercise. Brisk Walking Exercise is useful for lowering a person's blood glucose levels. The purpose of this report is to explain the family nursing care of Mrs. E with cases of Diabetes Mellitus through the implementation of brisk walking exercise. This writing method is to use a case study. The nursing diagnosis found was ineffective family health management b.d the complexity of the care/treatment program d.d Mrs. E said diet is not a risk factor for diabetes mellitus, Mrs. E does not always check up every month at the Puskesmas because none of her children can take her to go to the Puskesmas for treatment, when Mrs. E's blood sugar levels are checked. E, namely 283 mg/dL, Mrs. E said he rarely did sports and activities regularly. The nursing interventions provided are family coping support and family support in planning care. The results of the implementation showed that Mrs. E, namely from 280 mg/dL to 254 mg/dL, amounting to 26 mg/dL. It is recommended to apply brisk walking exercise as an alternative to lower blood glucose levels in diabetes mellitus patients.

Keywords : Blood Sugar Levels, Brisk Walking Exercise, Diabetes Mellitus

Bibliography : 40 (2010-2023)