

ABSTRAK

Rahmadhila Hendri (2023). *Penerapan Terapi Jalan Kaki Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Karya Wanita*. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan Pekanbaru, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) Melly, SST., S.Kep., M.Kes, (II) Ns. Nia Khusniyati M., M.Kep. Penguji (I) Ns. Wiwiek Delvira, M.Kep, (II) Ns. Erni Forwaty, M.Kep.

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit berbahaya yang terkadang disebut *silent killer*, dampak dari diabetes mellitus jika tidak di atasi dan diobati maka akan menimbulkan komplikasi yang dapat berakibat fatal, seperti kerusakan saraf. Jalan kaki adalah latihan aerobik yang paling sederhana, aman, dan murah. Tujuan dari studi kasus ini untuk mengetahui gambaran penerapan terapi jalan kaki pada pasien diabetes melitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Karya Wanita. Jenis penelitian ini bersifat deskriptif dengan 2 subyek. Setelah dilakukan terapi jalan kaki sebanyak 3 kali seminggu dengan durasi 30 menit peneliti mendapatkan hasil bahwa adanya penurunan kadar gula darah pada subjek I dari 290 mg/dl menjadi 159 mg/dl, sedangkan pada subjek II mengalami penurunan kadar gula darah dari 300 mg/dl menjadi 192 mg/dl. Selanjutnya Hasil studi kasus tentang penerapan terapi jalan kaki untuk menurunkan kadar gula darah terhadap pasien diabetes melitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Karya Wanita Kota Pekanbaru dapat dijadikan bahan dasar bagi peneliti selanjutnya dalam menerapkan terapi jalan kaki sebagai salah satu terapi non-farmakologi yang dapat diberikan kepada penderita diabetes melitus tipe II, serta dapat diterapkan secara mandiri di rumah pasien yang menderita penyakit diabetes melitus tipe II selama 4 kali seminggu.

Kata Kunci: Diabetes Melitus, Terapi Jalan Kaki, Kadar Gula Darah Sewaktu.

ABSTRACT

Rahmadhila Hendri (2023). The Application of Walking Therapy to Lower Blood Sugar Levels in Patients with Type II Diabetes Mellitus in the Work Area of the Karya Wanita Health Center. Case Study Scientific Paper, DIII Nursing Study Program, Departement of Nursing, Health Polytechnic of the Ministry of Health Riau. Supervisor (I) Melly, SST., S.Kep., M.Kes, (II) Ns. Nia Khusniyati M., M.Kep. Examiner (I) Ns. Wiwiek Delvira, M.Kep, (II) Ns. Erni Forwaty, M.Kep.

Diabetes mellitus (DM) is a dangerous disease which is sometimes called a silent killer, the impact of diabetes mellitus if not addressed and treated will cause complications which can be fatal, such as nerve damage. Walking is the simplest, safest, and cheapest aerobic exercise. The purpose of this case study is to describe the implementation of walking therapy in patients with type II diabetes mellitus in the Work Area of the Karya Wanita Health Center. This type of research is descriptive with 2 subjects. After walking therapy 3 times a week with a duration of 30 minutes the researchers found that there was a decrease in blood sugar levels in subject I from 290 mg/dl to 159 mg/dl, while in subject II there was a decrease in blood sugar levels from 300 mg/dl to 192 mg/dL. Furthermore, the results of a case study on the application of walking therapy to lower blood sugar levels in patients with type II diabetes mellitus in the Working Area of the Karya Wanita Public Health Center in Pekanbaru City can be used as a basis for further researchers in implementing walking therapy as a non-pharmacological therapy that can be given to people with type II diabetes mellitus, and can be applied independently at the home of patients suffering from type II diabetes mellitus for 4 times a week.

Keywords: Diabetes Mellitus, Walking Therapy, Current Blood Sugar Levels.