

ABSTRAK

Miranda Yosephine (2024). *Penerapan Terapi Jalan Kaki untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Simpang Tiga Pekanbaru*. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan Pekanbaru, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) Ns. Wiwiek Delvira, S.Kep., M.Kep, (II) Ns. Melly, SST.Kep, M.Kes. Penguji (I) Husnan, SKP, MKM, (II) Ns. Ardenny .S.Kep., M.Kep.

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit berbahaya yang disebut sebagai silent killer, yang biasanya ditandai dengan peningkatan kadar gula darah, dampak dari diabetes melitus yang jika tidak diatasi dan diobati maka akan menimbulkan komplikasi jangka panjang seperti penyakit kardiovaskular, gagal ginjal kronis. Jalan kaki adalah suatu kegiatan fisik yang sangat sederhana, aman dan murah. Tujuan dari studi kasus ini adalah untuk mengetahui gambaran Penerapan Terapi Jalan Kaki pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Simpang Tiga Pekanbaru. Jenis penelitian ini bersifat deskriptif dengan 2 subjek. Setelah dilakukan terapi jalan kaki sebanyak 5 kali seminggu dengan durasi 30 menit peneliti mendapatkan hasil bahwa adanya penurunan kadar gula darah pada subjek I dari 273 mg/dl menjadi 264 mg/dl sedangkan pada subjek II mengalami penurunan kadar gula darah dari 308 mg/dl menjadi 285 mg/dl. Selanjutnya Hasil Studi Kasus tentang penerapan terapi jalan kaki untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga kota Pekanbaru dapat dijadikan bahan dasar bagi peneliti selanjutnya dalam menerapkan terapi jalan kaki sebagai salah satu terapi non-farmakologis yang dapat diberikan kepada pasien penderita diabetes melitus tipe II, serta dapat diterapkan secara mandiri di rumah pasien yang menderita penyakit diabetes melitus tipe 2 selama 6 kali seminggu.

Kata kunci: Diabetes Melitus, terapi jalan kaki, kadar gula darah

ABSTRACT

Miranda Yosephine (2024). The Application of Walking Therapy to lower blood sugar levels in type 2 diabetes mellitus patients in the working area of the Simpang Tiga Pekanbaru Health Center. Case Study Scientific Paper, DIII Nursing Study Program, Department of Nursing, Health Polytechnic of the Ministry of Health Riau. Supervisor (I) Ns. Wiwiek Delvira, S.Kep., M.Kep, (II) Ns. Melly, SST. Kep,M,Kes. Examiner (I) Husnan, SKP, MKM, (II) Ns.Ardenny . S.Kep.,M.Kep.

Diabetes mellitus (DM) is a dangerous disease known as the silent killer, which is usually characterized by increased blood sugar levels, the impact of diabetes mellitus which, if not managed and treated, will cause long-term complications such as cardiovascular disease, chronic kidney failure. Walking is a very simple, safe and cheap physical activity. The aim of this case study is to understand the implementation of walking therapy in patients with type 2 diabetes mellitus in the Simpang Tiga Pekanbaru health center working area. This type of research is descriptive with 2 subjects. After carrying out walking therapy 5 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 273 mg/dl to 264 mg/dl while in subject II experienced a decrease in blood sugar levels from 308 mg/dl to 285 mg/dl. Furthermore, the results of a case study regarding the application of walking therapy to reduce blood sugar levels in Type 2 Diabetes Mellitus patients in the Simpang Tiga Health Center Working Area, Pekanbaru City can be used as basic material for future researchers in implementing walking therapy as a non-pharmacological therapy that can be given. to patients suffering from type II diabetes mellitus, and can be applied independently at home for patients suffering from type 2 diabetes mellitus 6 times a week.

Key words: Diabetes Mellitus, walking therapy, blood sugar levels