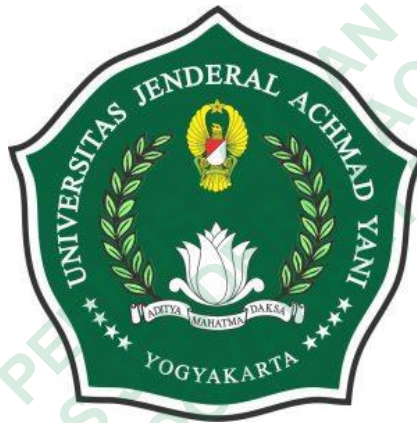


**PENERAPAN INTERVENSI *BRISK WALKING EXERCISE*  
TERHADAP PENURUNAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA  
PASIEN DENGAN DIABETES MELLITUS TIPE II  
DI RSUD KOTA YOGYAKARTA**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Profesi Ners**



**Disusun Oleh:**

**MARYAM SAFITRI,S.KEP**

**223203073**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
TAHUN 2023**

## HALAMAN PERSETUJUAN

# PENERAPAN INTERVENSI *BRISK WALKING EXECISE* TERHADAP PENURUNAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DENGAN DIABETES MELLITUS TIPE II DI RSUD KOTA YOGYAKARTA

Karya Ilmiah Keperawatan ini telah disetujui untuk diujikan dihadapan penguji  
Program Studi Profesi Ners Fakultas Kesehatan

Disusun Oleh:

**MARYAM SAFITRI,S.KEP**

223203073

Yogyakarta, 01 Agustus 2023

Pembimbing I



Retno Sumiyarini, M.Ed  
NIDN : 05-1708-8302

Pembimbing II



Yosie Amylia, S.Kep.,Ns  
NIP: 19850503 200902 2 006

## HALAMAN PENGESAHAN

### PENERAPAN INTERVENSI *BRISK WALKING EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DENGAN DIABETES MELLITUS TIPE II DI RSUD KOTA YOGYAKARTA

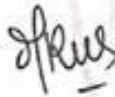
Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal: 07 Agustus 2023

Disusun Oleh:

MARYAM SAFITRI

223203073

Penguji



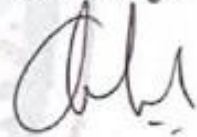
Dwi Kartika Rukmi, M.Kep., Sp. Kep. MB  
NIDN. 05-0202-8201

Pembimbing I



Retno Sumiyarini, M., Ed  
NIDN: 05-1708-8302

Pembimbing II



Yosie Amlia, S.Kep., Ns  
NIP:19850503 200902 2 006

Mengetahui,

Ka Prodi Profesi Ners



Yanita Trisetiyandingsih, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIDN: 05-0501-8201

## LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Maryam Safitri,S.Kep

NPM : 223203073

Program Studi : Profesi Ners

Judul KIAN : Penerapan Intervensi *Brisk Walking Exercise* Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Pasien dengan Masalah Diabetes Mellitus Tipe II Di RSUD Kota Yogyakarta

Institusi : Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil plagiarisme. Dengan ini saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah. Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Yogyakarta, 24 Juli 2023



(Maryam Safitri)

## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum., Wr., Wb.,*

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners yang berjudul **“Penerapan Intervensi *Brisk Walking Exercise* Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Pasien dengan Masalah Diabetes Mellitus Tipe II Di RSUD Kota Yogyakarta”**. Karya Ilmiah Akhir ini disusun guna memenuhi tugas akhir Program Profesi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Ucapan terima kasih ingin penulis haturkan kepada pihak-pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini, khususnya kepada:

1. Ida Nursanti, S.Kep.,Ns.,MPH selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Yanita Trisetiyaningsih, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Retno Sumiyarini, M.,Ed selaku dosen pembimbing yang telah menyempatkan waktu dalam proses bimbingan, serta memberikan dukungan, motivasi, dan arahan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir.
4. Yosie Amylia, S.Kep.,Ns selaku pembimbing klinik yang tulus ikhlas meluangkan waktu untuk memberikan arahan, masukan dan bimbingan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir.
5. Dwi Kartika Rukmi, M.Kep.,Sp.Kep.MB.,Ph.D(c) selaku dosen penguji yang telah memberikan kritik dan saran dalam menyempurnakan Karya Ilmiah Akhir ini.
6. Bapak Yanto dan mamah Wanti susilawati, selaku kedua orangtua penulis. Terimakasih atas doa, kasih sayang, dukungan batin, materi dan bantuan tak ternilai lainnya yang telah Bapak Mamah berikan selama ini kepada mpit hingga bisa mencapai titik ini. Semoga Bapak Mamah selalu sehat, bahagia dan

semua berkah yang diberikan dibalas oleh Allah SWT dengan cara sebaik-baiknya.

7. Yohana A Tungka selaku sahabat terbaik penulis semasa perkuliahan S1 hingga Profesi Ners yang selalu memberikan dukungan tanpa henti. Terimakasih telah menjadi tempat berkeluh kesah, pendengar yang baik, selalu menjadi sumber keceriaan, selalu memberikan dukungan moral dan bantuan selama menjalani sulitnya masa-masa kuliah dan pengambilan karya tulis ini. Semoga kita selalu diberikan kesuksesan dalam kehidupan pasca profesi Ners.
8. Teman-teman Profesi Ners Angkatan XIX yang selalu memberikan *support* dan motivasi dalam penyusunan Karya Ilmiah Ahir ini.
9. Selaku responden yang telah berkenan untuk berpartisipasi dalam Karya Ilmiah Ahir ini.
10. Seluruh pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu secara detail yang telah memberikan dukungan dan bantuan kepada saya sehingga karya ilmiah akhir ini dapat diselesaikan dengan baik.
11. *And last but not least*, terimakasih pada diri saya sendiri karena tidak menyerah dan tetap berjuang dalam keadaan apapun. Terimakasih sudah berusaha keras sekuat tenaga dan tetap sabar dalam menghadapi banyaknya rintangan dan cobaan. Terimakasih sudah tetap kuat dan tetap bertahan hingga saat ini. *You made it to the finish line, Fit!*

Penulis menyadari dalam penulisan Karya Ilmiah Ahir ini masih banyak kekurangan, maka dari itu penulis mengharapkan kritik, saran, serta bimbingan demi kelancaran dan kemajuan penelitian. Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan yang telah diberikan sebaik-baiknya. Sebagai penutup, besar harapan penulis agar karya ilmiah akhir ini dapat memberikan manfaat dan berguna bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan khususnya keperawatan.

*Wassalamualaikum., Wr., Wb.,*

Yogyakarta, 24 Juli 2023

Maryam Safitri, S.Kep

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
INTISARI.....	xii
ABSTRACT .....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Judul.....	1
B. Latar Belakang Masalah .....	1
C. Tujuan penulisan.....	5
D. Manfaat .....	6
E. Teknik pengumpulan data.....	7
BAB II TINJAUAN TEORI .....	8
A. Diabetes Mellitus .....	8
1. Pengertian.....	8
2. Klasifikasi.....	8
3. Patofisiologi .....	11
4. Manifestasi klinis .....	15
5. Pemeriksaan penunjang.....	16
6. Penatalaksanaan .....	18
7. Komplikasi .....	20
B. Konsep Kadar Gula Darah .....	21
1. Pengertian.....	21
2. Faktor yang mempengaruhi.....	22
3. Standar operasional prosedur pemeriksaan kadar gula darah .....	23
C. Konsep <i>Evidence Base Practice</i> .....	24

1. Pengertian <i>Brisk Walking Exercise</i> .....	24
2. Manfaat <i>Brisk Walking Exercise</i> .....	25
3. Waktu Pelaksanaan <i>Brisk Walking Exercise</i> .....	25
4. Hal yang perlu diperhatikan saat melakukan <i>Brisk Walking Exercise</i>	26
5. Standar Operasional Prosedur <i>Brisk Walking Exercise</i> .....	26
D. Konsep Asuhan Keperawatan .....	27
1. Pengkajian Keperawatan .....	27
2. Diagnosis keperawatan.....	29
3. Intervensi & Implementasi keperawatan.....	30
4. Evaluasi .....	35
BAB III TINJAUAN KASUS.....	36
A. Pengkajian.....	36
B. Analisa Data.....	46
C. Diagnosa Keperawatan .....	48
D. Intervensi Keperawatan .....	49
E. Implementasi dan evaluasi .....	52
BAB IV TEKNIK PENCARIAN JURNAL & ANALISIS JURNAL .....	66
A. Cara mencari jurnal.....	66
B. Resume Jurnal.....	66
C. Rencana Aplikasi jurnal pada kasus .....	68
BAB V PEMBAHASAN .....	72
A. Analisis hasil pengkajian ( <i>Assesment Analyse</i> ) .....	72
B. Analisis hasil diagnosa keperawatan .....	74
C. Analisis hasil perencanaan tindakan keperawatan.....	74
D. Analisis Hasil Implementasi <i>Brisk Walking Exercise</i> .....	75
E. Analisis Hasil Evaluasi Keperawatan .....	76
F. Keterbatasan Penelitian.....	77
BAB VI PENUTUP .....	78
A. Kesimpulan .....	78
B. Saran .....	79
DAFTAR PUSTAKA .....	82
LAMPIRAN.....	86



## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Intervensi Dan Evaluasi .....	30
Tabel 3. 1 <i>Balance Cairan</i> .....	40
Tabel 3. 2 Kemampuan Adl's Pasien .....	42
Tabel 3. 3 Data Penunjang .....	45
Tabel 3. 4 Terapi Yang Diberikan Pada Pasien .....	45
Tabel 3. 5 Analisa Data.....	46
Tabel 3. 6 Intervensi Keperawatan.....	49
Tabel 3. 7 Implementasi & Evaluasi Keperawatan Pada Tn.A.....	52
Tabel 4. 1 Standar Operasional Prosedur <i>Brisk Walking Exercise</i> .....	69
Tabel 5. 1 Hasil Pengukuran GDS <i>Pre-Intervensi Dan Post Intervensi</i> .....	75

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Informed Consent</i> .....	87
Lampiran 2 Dokumentasi.....	89
Lampiran 3 Lembar Observasi.....	93
Lampiran 4 Jurnal Acuan.....	94
Lampiran 5 <i>Etical Clearance</i> .....	101
Lampiran 6 Izin Penelitian.....	102
Lampiran 7 Lembar Bimbingan.....	103
Lampiran 8 Poster & <i>Leaflet</i> .....	104
Lampiran 9 Hasil Cek Plagiarisme.....	107

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 <i>The Egregious Eleven</i> .....	13
Gambar 2 Pathway .....	14
Gambar 3 Genogram .....	37

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA