

**PENERAPAN INTERVENSI *BRISK WALKING*
EXERCISE UNTUK MENURUNKAN KADAR GULA
DARAH PADA KELUARGA DENGAN DM TIPE II DI
DUSUN TEGALLURUNG, GILANGHARJO,
PANDAK, BANTUL, YOGYAKARTA**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Ditujukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Ners Fakultas Kesehatan
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun Oleh:

Tanti Asriza

NPM: 233203091

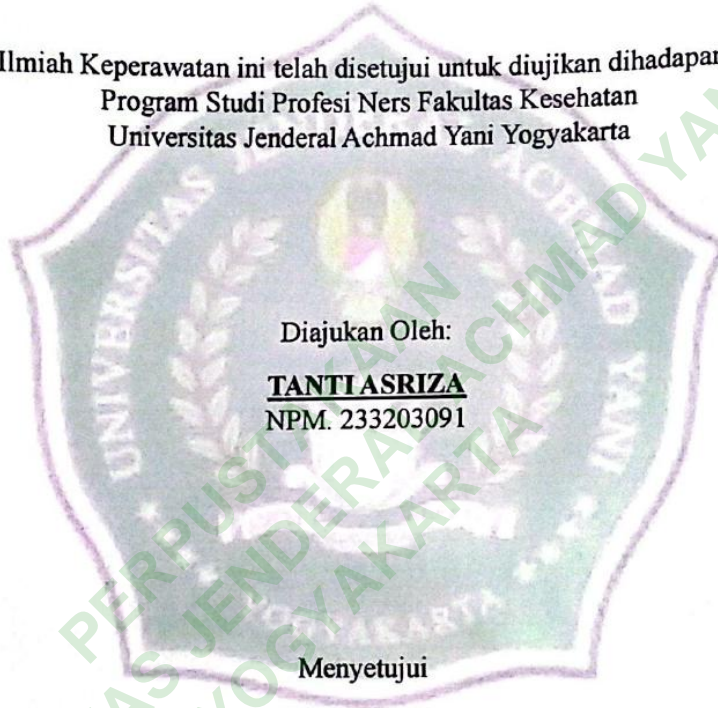
**PROGRAM STUDI PROFESI NERS FAKULTAS
KESEHATAN UNIVERSITAS JENDERAL
ACHMAD YANI YOGYAKARTA**

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENERAPAN INTERVENSI *BRISK WALKING*
EXERCISE UNTUK MENURUNKAN KADAR GULA
DARAH PADA KELUARGA DENGAN DM TIPE II DI
DUSUN TEGALLURUNG, GILANGHARJO,
PANDAK, BANTUL, YOGYAKARTA**

Karya Ilmiah Keperawatan ini telah disetujui untuk diujikan dihadapan penguji
Program Studi Profesi Ners Fakultas Kesehatan
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Diajukan Oleh:

TANTIASRIZA
NPM. 233203091

Menyetujui

Pembimbing Akademik

(Ferianto, S.Kep.,Ns.,M.Kep.)
NIDN. 05-1002-8502

Pembimbing Klinik

(Ani Rahmawati, Amd.Kep.)
NIP. 199007252019022004

HALAMAN PENGESAHAN

PENERAPAN INTERVENSI *BRISK WALKING*
EXERCISE UNTUK MENURUNKAN KADAR GULA
DARAH PADA KELUARGA DENGAN DM TIPE II DI
DUSUN TEGALLURUNG, GILANGHARJO,
PANDAK, BANTUL, YOGYAKARTA

Telah Diseminarkan dan Diujikan Pada :

Hari : Rabu

Tanggal : 15 Januari 2025

Oleh:

TANTI ASRIZA

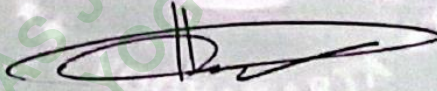
NPM. 233203091

Penguji



(Dewi Utari, MNS.)
NIDN. 05-1402-8602

Pembimbing I



(Ferianto, S.Kep.,Ns.,M.Kep.)
NIDN. 05-1002-8502

Pembimbing II



(Ani Rahmawati, Amd.Kep.)
NIP. 199007252019022004

Mengetahui
Ketua Prodi Profesi Ners




(Retno Sumiyar Rini, M.Med., Ed.)
NPP. 2009. 13. 0026

PERNYATAAN

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

Nama : Tanti Asriza

NPM : 233203091

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Judul KIAN : Penerapan Intervensi *Brisk Walking Exercise* Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Keluarga Dengan DM Tipe II di Dusun Tegallurung, Gilangharjo, Pandak, Bantul, Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul di atas adalah murni dari karya saya sendiri dan bukan hasil plagiarisme. Semua referensi yang dipakai dalam karya ini telah dicantumkan sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian ini kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna untuk kepentingan ilmiah. Demikian surat pernyataan ini saya buat tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran terhadap akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademi

Yogyakarta, 03 Januari 2025



KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr.Wb

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karenanya dengan rahmat-Nya lah penulis akhirnya bisa menyelesaikan laporan karya ilmiah akhir ners yang berjudul “Penerapan Intervensi *Brisk Walking Exercise* Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Keluarga Dengan DM Tipe II Di Dusun Tegallurung, Gilangharjo, Pandak, Bantul, Yogyakarta”. Sesuai waktu yang telah ditetapkan. Sholawat serta salam penulis haturkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW.

Laporan ini disusun dan diajukan untuk melengkapi syarat menyelesaikan pendidikan Program Studi Profesi Ners di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Penulis menyadari, dalam proses pembuatan laporan karya ilmiah ini tidak akan bisa terwujud tanpa ada bimbingan dorongan serta fasilitas yang penulis terima dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan penghargaan dan ucapan terimakasih kepada:

1. Ida Nur Santi S.Kep.,Ns.,MPH selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Retno Sumiyar Rini, M.Med.,Ed selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian kepada penulis.
3. Ferianto, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku dosen pembimbing I KIAN yang telah memberikan bimbingan, saran serta dukungan kepada penulis dalam pembuatan KIAN.
4. Ani Rahmawati, Amd.Kep selaku pembimbing klinik yang telah memberikan saran serta bimbingan, dukungan kepada penulis dalam pembuatan KIAN.
5. Bapak Supriyanto selaku Kepala Dusun Tegallurung yang telah memberikan izin pengambilan kasus di Dusun Tegallurung.

6. Orangtua penulis Ibu Sri Hartini dan Bapak Edy Tantra serta keluarga besar penulis yang telah memberikan dukungan, memotivasi serta doa dalam menyusun laporan KIAN.
7. Teman-teman profesi ners dan teman-teman penulis yang tidak bisa penulis sebut satu persatu, yang telah memberikan motivasi dan dukungan kepada penulis dalam menyusun laporan KIAN.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan laporan KIAN ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun. Demikian hasil pemikiran penulis dalam laporan KIAN ini, semoga bermanfaat bagi pembaca secara umum dan bagi penulis khususnya untuk meningkatkan pengetahuan serta wawasan.

Wassalamualaikum Wr.Wb.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
ABSTRACT	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penulisan.....	6
D. Manfaat Studi Kasus	7
E. Teknik Pengumpulan Data	8
BAB II TINJAUAN TEORI.....	9
A. Diabetes Mellitus	9
B. Konsep <i>Brisk Walking Exercise</i>	14
C. Konsep Asuhan Keperawatan	22
BAB III ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA	31
A. Pengkajian Keperawatan	31
B. Analisa Data.....	62
C. Luaran dan Intervensi Keperawatan	68
D. Implementasi Keperawatan	70
BAB IV PEMBAHASAN.....	77
A. Pengkajian	77
B. Diagnosa Keperawatan	79
C. Rencana Keperawatan.....	81

D. Implementasi dan Evaluasi	83
BAB V PENUTUP	89
A. Kesimpulan	89
B. Saran	90
DAFTAR PUSTAKA	92
LAMPIRAN	95

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Teknik Penerapan Brisk Walking Exercise	18
Tabel 2. 2 Rencana Keperawatan	26
Tabel 3. 1 Pengkajian Umum Keluarga	31
Tabel 3. 2 Daftar Anggota Keluarga.....	33
Tabel 3. 3 Pengkajian Family Treewellbeing	49
Tabel 3. 4 Pengkajian Tingkat Kemandirian Keluarga	50
Tabel 3. 5 Pemeriksaan Fisik	53
Tabel 3. 6 Data Tambahan.....	58
Tabel 3. 7 Analisa Data	62
Tabel 3. 8 Kriteria Penapisan Masalah Diagnosa Ke-1.....	65
Tabel 3. 9 Kriteria Penapisan Masalah Diagnosa Ke-2.....	66
Tabel 3. 10 Luaran dan Intervensi Keperawatan.....	68
Tabel 3. 11 Implementasi Keperawatan Hari Ke-1	70
Tabel 3. 12 Tabel Implementasi Keperawatan Hari Ke-2	73
Tabel 3. 13 Tabel Implementasi Keperawatan Hari Ke-3	76

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Teknik Topang Depan.....	18
Gambar 2. 2 Topang Belakang.....	18
Gambar 2. 3 Topang Ganda.....	19
Gambar 2. 4 Teknik Ayunan Kaki Belakang.....	19
Gambar 2. 5 Teknik Ayunan Depan	19
Gambar 2. 6 Teknik Gerakan Pinggang Dilihat dari Depan	20
Gambar 2. 7 Teknik Gerakan Pinggang Dilihat dari Atas.....	20
Gambar 2. 8 Teknik Lengan dan Bahu.....	20
Gambar 3. 1 Denah Rumah.....	32
Gambar 3. 2 Genogram	33
Gambar 3. 3 Ecomap Keluarga	37
Gambar 3. 4 Family Attachment	47
Gambar 3. 5 Family Treewellbeing.....	49
Gambar 4. 1 Penurunan Kadar Glukosa Darah.....	85

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
UNIVERSITAS YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Pernyataan Pengambilan Kasus	96
Lampiran 2 Inform Consent	98
Lampiran 3 Foto Implementasi	99
Lampiran 4 Surat Keterangan Layak Etik.....	100
Lampiran 5 Lembar Bimbingan	101
Lampiran 6 Hasil Cek Plagiarisme	103
Lampiran 7 Satuan Acara Penyuluhan	104

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA