

Latihan fisik sebagai upaya menurunkan kadar gula darah pada ibu R dengan DM = Physycal exercise as an effort to reduce blood glucose level on Mrs R with DM

Fransisca Xaveria Cindyawanawati, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20447490&lokasi=lokal>

Abstrak

**ABSTRAK
**

Urbanisasi yang terjadi di kota Depok mempengaruhi gaya hidup. Pola makan gorengan danmakanan berisiko serta kurangnya aktifitas menjadi faktor yang munculya penyakit degeneratifpada masyarakat perkotaan. Salah satu penyakit degeneratif yang sering muncul adalah diabetesmellitus. Diabetes merupakan ancaman kesehatan yang menjadi fokus bagi perawat komunitas. Peran perawat komunitas memberikan asuhan keperawatan keluarga dan individu. Perawatmemberikan asuhan keperawatan di RW 02 Tugu Depok yang memiliki masalah utama kesehatanadalah diabetes. Perawat melakukan asuhan keperawatan pada keluarga bapak S, yang memilikianggota keluarga DM yaitu ibu R, dengan menggunakan intervensi unggulan berupa jalan kaki 30menit setiap hari. Hasil dari intervensi setelah 18 kali dilakukan terdapat penurunan kadar guladarah ibu R. Sehingga latihan fisik berjalan kaki dapat menurunkan kadar gula darah penderitaDM. Selain latihan fisik, kepatuhan obat dan manajemen diet DM yang tepat juga menjadi faktorpendukung dalam mengontrol kadar gula darah pada penderita DM.

<hr />

**ABSTRACT
**

Urbanization that happened in Depok give an impact to lifestyle. The habit of eating fried foodsand another risk foods, and also lack of activity, can be a risk for degenerative diseases on urbancommunity. One of degenerative disease which often to happen in urban community is DiabeticMellitus DM . DM is a health rsquo s threat whcih can be a focused for community health nurses.Nurse rsquo s roles are giving care plan for family and an individual. Nurse gave a care plan in RW 02Tugu, Depok, which has DM as their main problem. Nurse gave a care plan on Mr. S rsquo s family withDM problem on Mrs. R. The main nursing intervention is physical exercise with walking for 30minutes everyday. The result of this intervention after 18th visit was reducing of blood glucoselevel on Mrs. R. This can be conclude that physical exercise with walking can reduce bloodglucose level on DM patient. Beside physical exercise, obedience of medication, and dietmanagement are also supporting factor to reduce blood glucose level on DM patient.