

Implementasi Terapi Jalan Kaki Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Anggota Keluarga
Yang Menderita Diabetes Melitus Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Panambungan

Resma Wira Putri
2025

Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Makassar

Harmawati, S.Kep., Ns., M.Kep
Muhammad Purqan Nur, S.Kep., M.Kes

ABSTRAK

Latar Belakang : Diabetes melitus II adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah akibat gangguan produksi atau fungsi insulin. Prevalensi penyakit ini terus meningkat secara global dan menjadi ancaman serius bagi kesehatan masyarakat. Faktor risiko utama meliputi pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan gaya hidup modern. **Tujuan Studi Kasus :** Penelitian ini bertujuan untuk menurunkan kadar gula darah pada anggota keluarga yang menderita diabetes melitus tipe II. **Metode :** Penelitian ini menggunakan rancangan studi kasus deskriptif dengan metode pengumpulan data, observasi dan wawancara. **Hasil :** Menunjukkan bahwa adanya penurunan kadar gula darah setelah diberikan terapi jalan kaki selama 3 hari. **Kesimpulan :** Dengan melakukan terapi jalan kaki dapat menurunkan kadar gula darah sehingga terapi ini dapat diterapkan untuk penderita diabetes melitus tipe II. **Saran :** Diharapkan penelitian ini dapat menjadi masukan dan referensi dalam pemberian terapi jalan kaki untuk menurunkan kadar gula darah pada anggota keluarga yang menderita diabetes melitus tipe II.

Kata Kunci : Diabetes melitus, Keluarga, Terapi Jalan Kaki



Implementation of Walking Therapy to Lower Blood Sugar Levels in Family Members Suffering from Type II Diabetes Mellitus in the Panambungan Health Center Work Area

Resma Wira Putri
2025

*DIII Nursing Study Program, Faculty of Medicine and Health Sciences, Universitas
Muhammadiyah Makassar*

Harmawati, S.Kep., Ns., M.Kep
Muhammad Purqan Nur, S.Kep., M.Kes

ABSTRACT

Background: Diabetes mellitus II is a chronic metabolic disease characterized by increased blood sugar levels due to impaired insulin production or function. The prevalence of this disease continues to increase globally and is a serious threat to public health. The main risk factors include unhealthy diet, lack of physical activity, and modern lifestyle. **Case Study Objective:** This study aims to lower blood sugar levels in family members suffering from type II diabetes mellitus. **Method:** This study uses a descriptive case study design with data collection, observation and interview methods. **Results:** Shows that there is a decrease in blood sugar levels after being given walking therapy for 3 days. **Conclusion:** By doing walking therapy, blood sugar levels can be reduced so that this therapy can be applied to people with type II diabetes mellitus. **Suggestion:** It is hoped that this study can be an input and reference in providing walking therapy to reduce blood sugar levels in family members who suffer from type II diabetes mellitus.

Keywords: Diabetes mellitus, Family, Walking Therapy

