

ABSTRAK

Angka penyakit diabetes mellitus semakin meningkat. Hal ini dikarenakan pola hidup masyarakat yang tidak sehat mulai dari pola konsumsi yang serba instan, semakin canggihnya teknologi yang menyebabkan seseorang kurang bergerak atau melakukan aktivitas fisik, Life style. Ketidakmampuan keluarga dalam mengenal masalah kesehatan dengan gaya hidup kurang gerak dapat menyebabkan diabetes mellitus. Tujuan dilakukan penelitian ini dapat melaksanakan asuhan keperawatan keluarga dengan gaya hidup kurang gerak pada diabetes mellitus.

Metode penelitian ini adalah studi kasus dengan menggunakan pendekatan asuhan keperawatan pada klien yang mengalami masalah kesehatan gaya hidup kurang gerak. Pengumpulan data yang dilakukan dengan menggunakan teknik wawancara, observasi, pemeriksaan fisik dan dokumentasi

Hasil penelitian menunjukkan setelah dilakukan tindakan asuhan keperawatan selama 4 kali kunjungan kedua klien dan keluarga mengalami peningkatan pengetahuan mengenai masalah kesehatan pada anggota keluarga mengalami peningkatan pengetahuan mengenai masalah kesehatan pada anggota keluarga serta kedua klien mampu melakukan senam kaki.

Simpulan dari studi kasus yang dilakukan selama 4 kali kunjungan terhadap keluarga Ny. M dan Ny. K dengan gaya hidup kurang gerak masalah teratasi sebagian dan mampu mengenal masalah kesehatan. Saran dari studi kasus ini adalah melakukan senam kaki secara rutin untuk memperbaiki sirkulasi darah dan memperkuat otot-otot kaki dan mencegah kelainan bentuk kaki.

Kata kunci : Diabetes Mellitus, Gaya Hidup.