

## ABSTRAK

Pada penderita Diabetes Melitus yang melakukan latihan fisik teratur akan meningkatkan toleransi insulin terhadap gula darah. Ketidakstabilan kadar glukosa darah saat ini belum bisa dilakukan karena kurangnya kesadaran masyarakat untuk melakukan aktifitas fisik seperti olahraga rutin yang sangat berperan dalam pengaturan kadar glukosa darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan *brisk walking exercise* pada pasien diabetes melitus dengan masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah di RT 05 Pagesangan Surabaya.

Desain penelitian ini menggunakan metode kasus dengan subyek 2 pasien. Penelitian ini dilakukan di RT 05 Pagesangan dengan selama 3 hari dengan metode pengumpulan data meliputi pengkajian, menentukan diagnosa, menentukan intervensi keperawatan, melakukan implementasi dan evaluasi.

Hasil penelitian pada pasien diabetes melitus dengan masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah menunjukkan setelah diberikan *Brisk Walking Exercise* sebanyak 1 kali sehari dengan waktu 30 menit yang dilakukan selama 3 hari, dapat menurunkan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus dari kadar glukosa tinggi menjadi normal. Hal ini dibuktikan saat dilakukan pengukuran gula darah sewaktu pada Ny. S dan Ny. M.

Simpulan dalam penelitian ini adalah *Brisk Walking Exercise* dapat menurunkan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus di RT 05 Pagesangan Surabaya. Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu acuan untuk intervensi keperawatan pada masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah dengan pasien diabetes melitus.

**Kata Kunci : Diabetes Melitus, *Brisk Walking Exercise*, Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah**