



KARYA ILMIAH AKHIR

**PENERAPAN EDUKASI KOMBINASI *BRISK WALKING*
EXERCISE DAN REBUSAN DAUN SALAM TERHADAP
PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN PERILAKU
KELUARGA DENGAN DIABETES MELLITUS
DI PUSKESMAS TAMANSARI**

ARI FUZIANA

NIM: P2.06.20.6.25.005

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

JURUSAN KEPERAWATAN

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

2026





KARYA ILMIAH AKHIR NERS

PENERAPAN EDUKASI KOMBINASI *BRISK WALKING*

***EXERCISE* DAN REBUSAN DAUN SALAM TERHADAP**

PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN PERILAKU

KELUARGA DENGAN DIABETES MELLITUS

DI PUSKESMAS TAMANSARI

Disusun Oleh :

ARI FUZIANA

P2.06.20.6.25.005

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

JURUSAN KEPERAWATAN

POLTEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN TASIKMALAYA

2026

**PENERAPAN EDUKASI KOMBINASI *BRISK WALKING EXERCISE* DAN
REBUSAN DAUN SALAM TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN DAN
PERILAKU KELUARGA DENGAN DIABETES MELLITUS
DI PUSKESMAS TAMANSARI**

ABSTRAK

Ari Fuziana, Yanyan Bahtiar
Program Studi Pendidikan Profesi Ners
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Latar Belakang : Diabetes mellitus ini merupakan suatu penyakit dimana kondisi tubuh kehilangan kemampuan pankreas dalam menghasilkan insulin atau insulin yang dihasilkan tersebut tidak bisa berfungsi dengan baik. Nilai kadar glukosa darah sewaktu dikatakan normal senilai < 200 mg/dl. Asuhan keperawatan keluarga merupakan suatu proses asuhan keperawatan yang dilakukan pada semua orang yang berada pada keluarga yang tinggal satu atap rumah, asuhan keperawatan tersebut bertujuan untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam membantu anggota keluarga yang sakit. **Tujuan :** Diketuinya Bagaimana Perubahan Tingkat Pengetahuan dan perilaku keluarga Tn A dan Keluarga Ny I setelah diberikan Edukasi *Brisk Walking Exercise* dan Rebusan daun Salam di Puskesmas Tamansari. **Metode :** Studi Kasus dilakukan pada 2 keluarga yang menderita penyakit diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Tamansari selama 1 minggu dengan 3 kali implementasi Edukasi *Brisk Walking Exercise* dan Rebusan Daun Salam menggunakan media poster. **Hasil :** Terdapat peningkatan pengetahuan dan perilaku keluarga Tn A dan Keluarga Ny I setelah diberikan Intervensi Edukasi mengenai *Brisk Walking Exercise* dan Rebusan Daun Salam. **Kesimpulan :** Terdapat Peningkatan Pengetahuan dan perilaku Keluarga Tn A dan keluarga Ny I yang diberikan Edukasi mengenai *Brisk Walking Exercise* dan Rebusan Daun Salam

Kata Kunci : *Brisk Walking Exercise*, Edukasi, Diabetes Mellitus, Rebusan Daun Salam.

**IMPLEMENTATION OF EDUCATION COMBINING BRISK WALKING
EXERCISE AND BAY LEAF DECOCTION ON THE KNOWLEDGE AND
BEHAVIOR OF FAMILIES WITH DIABETES MELLITUS AT TAMANSARI
COMMUNITY HEALTH CENTER**

ABSTRACT

Ari Fuziana, Yanyan Bahtiar

Nursing Professional Education Study Program

Tasikmalaya Ministry of Health Polytechnic of Health

Background: Diabetes mellitus is a condition characterized by the pancreas losing its ability to produce insulin or the produced insulin failing to function effectively. A random blood glucose level of <200 mg/dL is considered normal. Family nursing care is a nursing process delivered to all members of a household living under the same roof; it aims to enhance the family's ability to assist a sick family member. **Objective:** To determine changes in the knowledge levels and behaviors of Mr. A's and Mrs. I's families following education on brisk walking exercise and bay leaf decoction at the Tamansari Community Health Center (Puskesmas). **Methods:** A case study was conducted on two families affected by diabetes mellitus within the Tamansari Community Health Center's service area over a one-week period, involving three sessions of education on brisk walking exercise and bay leaf decoction using posters. **Results:** There was an improvement in the knowledge and behavior of Mr. A's and Mrs. I's families after receiving the educational intervention regarding brisk walking exercise and bay leaf decoction. **Conclusion:** Improvements in knowledge and behavior were observed in Mr. A's and Mrs. I's families after they received education on brisk walking exercise and bay leaf decoction.

Keywords: Brisk Walking Exercise, Education, Diabetes Mellitus, Bay Leaf Decoction

KATA PENGANTAR

Puji serta syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Penerapan Edukasi Kombinasi *Brisk Walking Exercise* dan Rebusan Daun Salam Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Keluarga Dengan Diabetes Melitus di Puskesmas Tamansari”. Dalam penyusunan KIAN ini tentunya tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ns., M.Kep., Sp.An. selaku Direktur PoltekNIK Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Jiwa., selaku Ketua Jurusan Keperawatan PoltekNIK Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Ibu Ida Rosdiana, M.Kep., Sp. KMB, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan & Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan PoltekNIK Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya
4. Bapak Yanyan Bahtiar, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Pembimbing yang telah membimbing penulis dengan saran, masukan serta motivasi yang membangun selama penyusunan KIAN ini.
5. Seluruh staf Pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan PoltekNIK Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalankan perkuliahan.
6. Kepala Puskesmas dan CI Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya dan koordinator program penyakit tidak menular di wilayah kerja puskesmas Tamansari, yang telah membantu dan Kerjasama selama pengumpulan data untuk bahan kajian penelitian yang akan dilakukan.
7. Keluarga besar saya yang selalu memberikan dukungan dan senantiasa selalu mendoakan penulis.

8. Para sahabat saya yang selalu memberikan dukungan dan motivasi dalam proses membuat KIAN ini.
9. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan KIAN ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan KIAN ini masih jauh dari kata sempurna. Hal ini tidak luput dari kekurangan maupun keterbatasan dalam kemampuan, pengalaman, dan literature yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan di masa yang akan datang.

Penulis

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORSINILITAS	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR BAGAN.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan	7
1. Tujuan Umum.....	7
2. Tujuan Khusus.....	7
D. Manfaat	8
1. Bagi Keluarga Pasien	8
2. Bagi Pelayanan Kesehatan.....	8
3. Bagi Pendidikan	9
BAB II TINJAUAN LITERATUR.....	10
A. Konsep Penyakit Diabetes Mellitus	10
1. Definisi	10
2. Klasifikasi Diabetes Mellitus	11
3. Etiologi	12
4. Tanda dan Gejala.....	14
5. Faktor Resiko	16
6. Pemeriksaan Penunjang.....	17

7. Komplikasi	19
8. Penatalaksanaan	20
9. Patofisiologi	21
10. Web Of Caution (WOC)	24
B. Konsep Keluarga.....	24
1. Pengertian.....	24
2. Tipe Keluarga.....	25
3. Fungsi Keluarga	30
4. Struktur Keluarga	31
5. Tugas Keluarga dalam Bidang Kesehatan	33
6. Tahap Perkembangan Keluarga	34
7. Peran Perawat Keluarga	40
C. Konsep Edukasi	43
1. Definisi	43
2. Metode Edukasi.....	44
3. Media Edukasi.....	45
4. Tingkat Pengetahuan	45
5. Pengukuran Tingkat Pengetahuan	47
D. Konsep Brisk Walking Exercise	48
1. Definisi	48
2. Manfaat.....	49
3. Prosedur.....	50
E. Konsep Rebusan Daun Salam.....	51
1. Definisi	51
2. Manfaat.....	51
3. Prosedur.....	53
4. Diagnosa Keperawatan.....	71
5. Intervensi Keperawatan.....	75
6. Implementasi Keperawatan.....	79
7. Evaluasi Keperawatan	80
F. Kerangka Teori	81

BAB III GAMBARAN KASUS.....	84
A. Gambaran Lokasi Penelitian	84
B. Resume Asuhan Keperawatan Keluarga 1 dan Keluarga 2	84
1. Pengkajian Tahap I.....	84
2. Pengkajian Tahap II	98
3. Diagnosa Keperawatan pada Keluarga Tn. A dan Keluarga Ny I	102
4. Perencanaan Proses Keperawatan pada Keluarga Tn. A dan Keluarga Ny I.....	105
C. Gambaran Pelaksanaan Edukasi <i>Brisk Walking Exercise</i> dan Rebusan Daun Salam pada Keluarga dengan Penyakit Diabetes Mellitus	112
D. Gambaran Respon atau Perubahan Tingkat Pengetahuan dan perilaku Keluarga Tn A dan Ny I yang diberikan Edukasi Mengenai <i>Brisk Walking Exercise</i> dan Rebusan Daun Salam.....	116
E. Gambaran Kesenjangan Perubahan Tingkat Pengetahuan Tn. A dan Ny I Setelah dilakukan Edukasi mengenai <i>Brisk Walking Exercise</i> dan Rebusan Daun Salam	121
BAB IV PEMBAHASAN.....	123
A. Gambaran Tahapan Asuhan Keperawatan Keluarga Tn. A dan Keluarga Ny I dengan Penyakit Diabetes Mellitus.....	123
1. Pengkajian Tahap I.....	123
2. Pengkajian Tahap II	125
3. Diagnosa Keperawatan pada Keluarga Tn. A dan Keluarga Ny I	129
4. Intervensi Keperawatan.....	130
B. Gambaran Pelaksanaan Tindakan Edukasi <i>Brisk Walking Exercise</i> dan Rebusan Daun Salam pada Keluarga Tn. A dan Keluarga Ny I dengan Penyakit Diabetes Mellitus	131
C. Gambaran Respon atau Perubahan pada Keluarga Tn. A dan Keluarga Ny I yang diberikan Tindakan Edukasi <i>Brisk Walking Exercise</i> dan Rebusan Daun Salam.....	134
D. Analisis Kesenjangan pada Keluarga Tn. A dan Keluarga Ny I yang diberikan Tindakan <i>Brisk Walking Exercise</i> dan Rebusan Daun Salam.	138

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	141
A. Kesimpulan	141
B. Saran	142
1. Bagi Masyarakat.....	142
2. Bagi Institusi Pendidikan	142
3. Bagi Peneliti Selanjutnya	142
DAFTAR PUSTAKA	144
LAMPIRAN.....	148

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1	Parameter Nilai Kadar Glukosa.....	12
Tabel 2. 2	Tingkat Kemandirian Keluarga	71
Tabel 2. 3	Skoring Prioritas Masalah Keperawatan	74
Tabel 2. 4	Tautan Diagnosa Keperawatan, Luaran, dan Intervensi	76
Tabel 3. 1	Pengkajian Karakteristik Keluarga Tn. A dan Ny. I	84
Tabel 3. 2	Pengkajian Tahap I pada Keluarga Tn. A dan Ny. I	85
Tabel 3. 3	Pemeriksaan Fisik pada Tn. A dan Ny I.....	91
Tabel 3. 4	Pemeriksaan Fisik pada anggota Keluarga Tn. A dan Ny I	93
Tabel 3. 5	Kondisi Umum Tn. A dan Ny I.....	97
Tabel 3. 6	Pengkajian Tahap II pada Keluarga Tn. A dan Keluarga Ny. I	98
Tabel 3.7	Tingkat Kemandirian Keluarga Tn. A dan Keluarga Ny I Sebelum Pelaksanaan Kunjungan dan Implementasi Keperawatan.....	100
Tabel 3.8	Tingkat Kemandirian Keluarga Tn. A dan Keluarga Ny I Setelah Pelaksanaan Kunjungan dan Implementasi Keperawatan.....	101
Tabel 3.9	Diagnosa Keperawatan Pada Keluarga Tn. A dan Keluarga Ny I	102
Tabel 3.10	Proses Keperawatan pada Keluarga Tn. A dan Keluarga Ny I.....	105
Tabel 3.11	Kesenjangan Perubahan Tingkat Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Keluarga Tn. A dan Keluarga Ny I	121

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 <i>Web Of Caution</i> Diabetes Mellitus Keluarga.....	24
Bagan 2. 2 Kerangka Teor	83

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Permohonan menjadi responden.....	149
Lampiran 2	Pernyataan Kesiapan Menjadi Responden Penelitian	150
Lampiran 3	Standar Operasional Prosedur Brisk Walking Exercise	152
Lampiran 4	Standar Operasional Prosedur Rebusan Daun Salam.....	155
Lampiran 5	Kisi – kisi Kuesioner Penelitian	157
Lampiran 6	Kuesioner Penelitian.....	158
Lampiran 7	Jadwal Penelitian	159
Lampiran 8	Asuhan Keperawatan Keluarga	160
Lampiran 9	Dokumentasi Penelitian.....	253
Lampiran 10	Lembar Bimbingan KIA Ners	255
Lampiran 11	Satuan Acara Penyuluhan.....	257
Lampiran 12	PosterEdukasi	284
Lampiran 13	Hasil Uji Turnitin	285
Lampiran 14	Daftar Riwayat Hidup.....	286