

**PENERAPAN ASUHAN KEPERAWATAN PADA USIA  
DEWASA DENGAN DIABETES MELITUS TIPE II MELALUI  
INTERVENSI *TAI CHI EXERCISE* DI RT 002/014  
KELURAHAN JATIBENING BEKASI**

**Windi Setiyani**

**Abstrak**

Diabetes Melitus merupakan suatu kelompok penyakit metabolik yang ditandai dengan adanya hiperglikemia yang terjadi akibat sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya yang terganggu. Penatalaksanaan ketidakstabilan kadar glukosa darah dalam jangka pendek adalah dengan mencegah komplikasi, sedangkan pencegahan jangka panjangnya adalah dengan menghilangkan keluhan atau gejala diabetes melitus. DM yang tidak dikelola dengan baik dapat berkembang menjadi komplikasi yang akut dan kronis. Tindakan non farmakologi yang digunakan untuk membantu mengatasi ketidakstabilan kadar gula darah adalah *tai chi exercise*. Tujuan dari penerapan *tai chi exercise* adalah untuk mengetahui efektifitas *tai chi exercise* terhadap penurunan kadar glukosa darah. *Tai chi exercise* dilakukan pada dua pasien yaitu pasien kelolaan dan pasien resume. *Tai Chi Exercise* dilakukan selama 3 hari sejak tanggal 25 Maret 2022 sampai 27 Maret 2022. Hasil dari penerapan *tai chi exercise* menunjukkan bahwa terdapat penurunan kadar glukosa darah pada klien kelolaan utama yaitu dari 250 mg/dL menjadi 215 mg/dL, sedangkan pada klien resume terjadi perubahan kadar glukosa darah dari 290 mg/dL menjadi 225 mg/dL. Hal tersebut menunjukkan bahwa *tai chi exercise* efektif dapat membantu menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Perawat komunitas disarankan agar dapat menerapkan *tai chi exercise* sebagai salah satu pilihan terapi komplementer untuk membantu menurunkan kadar glukosa darah.

**Kata Kunci:** Diabetes Melitus, Glukosa darah, *Tai chi exercise*

# **IMPLEMENTATION OF NURSING CARE IN ADULTS WITH TYPE II DIABETES MELLITUS THROUGH TAI CHI EXERCISE INTERVENTION AT RT 002/014 JATIBENING BEKASI**

**Windi Setiyani**

## **Abstract**

Diabetes mellitus is a group of metabolic diseases characterized by hyperglycemia resulting from impaired insulin secretion, insulin action or both. Management of unstable blood glucose levels in the short term is to prevent complications, while the long term prevention is to eliminate complaints or symptoms of diabetes mellitus. DM that is not managed properly can develop into acute and chronic complications. The non-pharmacological action used to help overcome the instability of blood sugar levels is tai chi exercise. The purpose of the application of tai chi exercise is to determine the effectiveness of tai chi exercise on reducing blood glucose levels. Tai chi exercise was performed on two patients, namely the managed patient and the resume patient. Tai Chi Exercise was carried out for 3 days from March 25, 2022 to March 27, 2022. The results of the implementation of tai chi exercise showed that there was a decrease in blood glucose levels in the main managed clients, from 250 mg/dL to 215 mg/dL, while in resume clients a change in blood glucose levels from 290 mg/dL to 225 mg/dL. This shows that tai chi exercise can effectively help lower blood sugar levels in patients with diabetes mellitus. Community nurses are advised to apply tai chi exercise as a complementary therapy option to help lower blood glucose levels.

**Keywords:** Diabetes Mellitus, Blood glucose, Tai chi exercise