

# Analisis Asuhan Keperawatan pada Klien Obesitas Agregat Dewasa di Keluarga Bapak SH dengan Penerapan Brisk Walking Exercise = Analysis of Family Nursing Care for Adult Aggregate Obesity Clients in Mr. SH's Family with the Implementation of Brisk Walking Exercise

Dyan Senja Rachmawati, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20508595&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Masyarakat di perkotaan menjadikan lingkungan sekitarnya menjadi modern dan maju sehingga menjadikan budaya konsumerisme sebagai gaya hidup, sehingga berdampak pada kurangnya masyarakat perkotaan untuk melakukan aktivitas fisik. Gaya hidup kurang melakukan aktivitas fisik merupakan salah satu faktor risiko dari obesitas yang dapat menimbulkan penyakit tidak menular lainnya antara lain penyakit kardiovaskuler seperti penyakit jantung dan stroke, diabetes, gangguan muskuloskeletal seperti osteoarthritis, dan kanker.

Tujuan dari penulisan karya ilmiah ini yaitu memberi gambaran hasil asuhan keperawatan pada keluarga yaitu pengaruh memberikan intervensi brisk walking exercise atau jalan cepat pada dewasa dengan obesitas terhadap penurunan berat badan. Intervensi dilakukan pada tiga orang responden yang mengalami obesitas dengan melakukan brisk walking exercise atau jalan cepat menggunakan aplikasi Step-Pedometer selama lima kali dalam tiga minggu dengan durasi minimal 30 menit setiap sesi.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa brisk walking berhasil menurunkan berat badan sebanyak 2 kilogram. Intervensi brisk walking disarankan untuk dilakukan oleh perawat untuk membantu menangani masalah nutrisi obesitas.

.....

People in urban areas make their surroundings modern and advanced that make a culture of consumerism as a lifestyle, so it made an impact on the lack of physical activities. Lack of physical activity is one of the risk factors for obesity which can lead to other non-communicable diseases, including cardiovascular diseases such as heart disease and stroke, diabetes, musculoskeletal disorders such as osteoarthritis, and cancer.

The purpose of this research is to describe the results of nursing care in families, that is the weight-loss effect of providing brisk walking exercise in obese adults. The intervention was carried out on three respondents who were obese by doing brisk walking exercise using the Step-Pedometer application for five times in three weeks with a minimum duration of 30 minutes for each session.

The evaluation results showed that brisk walking managed to lose 2 kilograms of body weight. Brisk walking intervention is recommended for nurses to help treat obesity.