

ASUHAN KEPERAWATAN PADA SALAH SATU KELUARGA Tn.
ADENGAN MASALAH OVERWEIGHT DIWILAYAH PUSKESMAS
GUMUKMASKABUPASTEN JEMBER

(HOLILI, 2019)

ABSTRAK

Latar Belakang: *overweight* adalah suatu kondisi dimana berat badan mengalami kelebihan apabila dibandingkan dengan berat badan ideal. *Overweight* dapat disebabkan karena penimbunan masa lemak atau karena masa otot.

Tujuan: Mendapat gambaran, mengambil keputusan untuk menerapkan asuhan keperawatn keluarga sesuai dengan masalah utama *overweight*.

Hasil: Setelah dilakukan pengkajian selama 2 hari, diagnosa keperawatan yang muncul pada keluarga Tn. A adalah gaya hidup kurang gerak, berat badan berlebih, ketidakefektifan pemeliharaan kesehatan. Setelah dilakukan asuhan keperawawatn selama 7x kali kunjungan sesuai rencana tindakan keperawatan didapatkan keluarga mampu mengerti dan memahami tentang *overweight*, keluarga mampu merawat anggota keluarga yang sakit, keluarga mampu mendemonstrasikan cara pemilihan menu makanan, jenis makanan, dan mengatur jadwal makan: Praktikan cara penggunaan fasilitas kesehatan, Praktikan cara merawat anggota keluarga yang sakit, Monitoring pengetahuan keluarga tentang pola hidup sehat, Informasikan pada keluarga masalah yang dialami saat ini, Mendiskusikan bersama keluarga tentang *overweight*

Kesimpulan: Dalam melaksanakan asuhan keperawatan pada keluarga dengan masalah *overweight* praktik cara menyusun gizi seimbang dan melakukan aktifitas fisik secara berulang ulang dapat menciptakan penurunan berat badan pada anggota keluarga yang mengalami *overweight*

Kata kunci: kurangnya kativitas fisik, kelebihan input dan out put, *overweight*

NURSING CARE IN ONE OF THE FAMILY Mr. A WITH THE PROBLEM OF
OVERWEIGHT REGIONED GUMUKMAS HEALTH CENTER, JEMBER
DISTRICT

(HOLILI, 2019)

ABSTRACT

Background : *overweight* is a condition in which excess body weight when compared with ideal body weight. *Overweight* can be caused by accumulation of fat mass or because of muscle mass.

Objective : Get a picture, take the decision to apply family nursing care in accordance with the main problems of overweight .

Results: S fter performed for 2 days assessment, nursing diagnosis that appears on the family Mr. A is a lifestyle less g Erak, weight b a and b erlebih, k etidake fektifan health maintenance. After care keperawawatn during 7x visits according to plan nursing actions obtained families are able to know and understand about overweight , k eluarga able to care for sick family members , k eluarga able to demonstrate how the menu selection of food, type of food, and set an eating schedule : Praktikan how to use health facility ,Practice how to care for sick family members , Monitoring family knowledge about healthy lifestyles , Inform families of current problems , Discuss with family about *overweight*

Conclusion : In carrying out nursing care for families with overweight problems the practice of how to arrange balanced nutrition and to do repetitive physical activity can create weight loss in *overweight* family members.

Keywords: lack of physical activity, excess input and output, *overweight*