

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN
KETIDAKSTABILAN KADAR GLIKOSA DARAH PADA KASUS
DIABETES MELITUS DENGAN MENERAPKAN TERAPI RELAKSASI
OTOT PROGRESIF DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS DRIYOREJO**

Oleh

Reyvo Talanila A'inun Rochim

Prodi Profesi Ners

Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya

Email: reyvotalanila@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Lansia adalah seseorang yang berusia lebih dari 60 tahun yang berada pada fase penuaan. Kondisi tersebut menyebabkan lansia berada pada kelompok berisiko. Salah satu faktor penyebab Diabetes Melitus adalah Proses penuaan. Proses penuaan disebabkan oleh perubahan anatomis, fisiologis, dan biokimia menyebabkan penurunan sensitivitas insulin dan terjadinya gangguan sel beta yang menyebabkan produksi insulin berkurang pada usia lanjut. Proses bertambah usia dapat juga mempengaruhi homeostasis tubuh, termasuk perubahan fungsi sel beta pancreas yang menghasilkan insulin akan menyebabkan gangguan sekresi hormone atau penggunaan glukosa yang tidak adekuat pada tingkat sel yang berdampak pada resiko peningkatan kadar glukosa darah. Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari dan memahami secara mendalam mengenai asuhan keperawatan pada lansia dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah pada kasus Diabetes Melitus dengan menerapkan Terapi Relaksasi Otot Progresif di Wilayah Kerja Puskesmas Driyorejo. **Metode:** Data di dalam studi kasus ini di kumpulkan dengan menggunakan metode wawancara, pemeriksaan fisik, observasi, dokumentasi, serta intervensi kepada 2 lansia yang mengalami ketidakstabilan kadar glukosa darah pada kasus Diabetes Melitus. **Hasil:** Pada kedua Lansia kadar gula darah sebelum dilakukan TROP cenderung tinggi dan setelah dilakukan TROP kadar gula darah kedua lansia mengalami penurunan setiap harinya. Kadar Glukosa darah klien 1 sebelum dilakukan terapi 231 mg/ dl dan setelah dilakukan terapi pada hari keempat menjadi 192 mg/dl. Dan pada klien kedua kadar glukosa darah sebelum dilakukan terapi 271 mg/ dl dan setelah dilakukan terapi pada hari keempat menjadi 215 mg/dl. **Kesimpulan:** Terapi Relaksasi Otot Progresif dapat menstabilkan kadar glukosa darah. **Saran:** Bagi pasien agar melakukan TROP yang diajarkan peneliti secara rutin dan mandiri. Bagi masyarakat TROP merupakan tindakan alternatif untuk menstabilkan kadar glukosa darah.

Kata kunci : Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah, Diabetes Melitus, Lansia, Terapi Relaksasi Otot Progresif

**NURSING CARE IN ELDERLY WITH INSTABILITY OF BLOOD
GLYCOSE LEVELS IN CASE OF DIABETES MELLITUS BY
APPLYING PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION THERAPY IN
THE PUBLIC HEALTH CENTER DRIYOREJO**

By

Reyvo Talanila A'inun Rochim

Prodi Profesi Ners

Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya

Email: reyvotalanila@gmail.com

ABSTRACT

Background: Elderly is someone who is more than 60 years old who is in the aging phase. This condition causes the elderly to be in a risk group. One of the factors that cause Diabetes Mellitus is the aging process. The aging process is caused by anatomical, physiological, and biochemical changes that cause a decrease in insulin sensitivity and the occurrence of beta cell disorders that cause insulin production to decrease in the elderly. The aging process can also affect the homeostasis of the body, including changes in the function of pancreatic beta cells that produce insulin which will cause impaired hormone secretion or inadequate use of glucose at the cellular level which has an impact on the risk of increasing blood glucose levels. This study aims to study and understand in depth about nursing care for the elderly with unstable blood glucose levels in cases of Diabetes Mellitus by applying Progressive Muscle Relaxation Therapy in the Driyorejo Health Center Work Area.

Method: The data in this case study were collected using interviews, physical examination, observation, documentation, and intervention to 2 elderly people who experienced unstable blood glucose levels in cases of Diabetes Mellitus. **Results:** In the two elderly, blood sugar levels before TROP tended to be high and after TROP the blood sugar levels of the two elderly decreased every day. Client 1's blood glucose level before therapy was 231 mg/dl and after therapy on the fourth day became 192 mg/dl. And in the second client, blood glucose levels before therapy were 271 mg/dl and after therapy on the fourth day to 215 mg/dl. **Conclusion:** Progressive Muscle Relaxation Therapy can stabilize blood glucose levels. **Suggestion:** For patients to do TROP which is taught by researchers regularly and independently. For the community, TROP is an alternative measure to stabilize blood glucose levels.

keywords : Blood Glucose Level Instability, Diabete Mellitus, Elderly, Progressive Muscle Relaxation (PMR)