

ABSTRAK

ASUHAN KEPERAWATAN PEMBERIAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF PADA KETIDAKSTABILAN KADAR GULA DARAH KLIEN DIABETES MELITUS DI RUMAH

SAKIT Dr.RAMELAN SURABAYA

Halimah Nur Fitri Sana

Email: Halimahnurfit.Vb46@gmail.com

Dosen Pembimbing: Hilmi Yumni, Dwi Adji Norontoko

Diabetes Melitus (DM) tipe 2 ialah gangguan metabolik kronis yang ditandai fluktuasi kadar glukosa darah. Ketidakseimbangan kadar glukosa yang tidak terkontrol berpotensi menimbulkan beragam komplikasi serius, misalnya penyakit jantung koroner, gangguan fungsi seksual, gagal ginjal kronis stadium akhir, serta gangguan jantung akut seperti aritmia dan iskemia miokard. Kondisi ini dapat menurunkan kualitas hidup pasien, meningkatkan frekuensi rawat inap, dan memperbesar risiko mortalitas jangka panjang. Penelitian ini bertujuan megilustrasikan pelaksanaan asuhan keperawatan dengan penerapan teknik relaksasi otot progresif pada pasien DM tipe 2. Metode yang dipakai ialah desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus terhadap dua partisipan yang dirawat di Ruang Bacan, Lantai 3, RSPAL Dr. Ramelan Surabaya. Fokus penelitian diarahkan pada manajemen hiperglikemia melalui intervensi relaksasi otot progresif. Instrumen penelitian mencakup format asuhan keperawatan medikal bedah dan media pamflet sebagai panduan pelaksanaan intervensi. Terapi relaksasi otot progresif diberikan selama 4 hari berturut-turut, dengan setiap sesi berlangsung sekitar 20–25 menit. Hasil pengkajian menunjukkan bahwa kedua klien mengalami hiperglikemia, dengan kadar glukosa darah puasa masing-masing 160 mg/dL pada klien 1 dan 143 mg/dL pada klien 2. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah ketidakstabilan kadar glukosa darah. Selama empat hari intervensi, klien 1 mengalami pengurangan kadar glukosa darah puasa menjadi 110 mg/dL, sedangkan klien 2 tetap pada 143 mg/dL.

Kata Kunci: Diabetes Melitus, Relaksasi Otot Progresif, Gula Darah.

ABSTRACT

NURSING CARE FOR THE ADMINISTRATION OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION THERAPY ON BLOOD GLUCOSE LEVEL INSTABILITY IN DIABETES MELLITUS CLIENTS AT DR. RAMELAN HOSPITAL, SURABAYA

Halimah Nur Fitri Sana

Email: Halimahnurfit.Vb46@gmail.com

Supervisors: Hilmi Yumni, Dwi Adji Norontoko

Type 2 Diabetes Mellitus (T2DM) is a chronic metabolic condition marked by unstable blood glucose levels due to either impaired insulin secretion or insulin resistance. This study aimed to describe the nursing care provided to T2DM patients through the use of progressive muscle relaxation therapy as an intervention for controlling hyperglycemia. A descriptive case study design was employed, involving two patients with T2DM who were admitted to the Bacan Ward, 3rd Floor, Dr. Ramelan Naval Hospital, Surabaya. The intervention consisted of progressive muscle relaxation therapy administered over four consecutive days, with each session lasting 20–25 minutes. Data were collected using a medical-surgical nursing care format and educational pamphlets. Initial assessments indicated that both patients had hyperglycemia, with fasting blood glucose (FBG) levels exceeding 126 mg/dL. Following the intervention, one patient demonstrated a reduction in FBG to below 126 mg/dL, while the other patient's FBG remained above 126 mg/dL. These findings suggest that progressive muscle relaxation therapy can contribute to lowering blood glucose levels. Therefore, this technique can be routinely applied by healthcare providers and supported by family members to assist in stabilizing blood glucose in patients with T2DM.

Keywords: *Diabetes Mellitus, Progressive Muscle Relaxation Therapy, Blood Glucose Instability*