

ABSTRAK

Nama : Helsapeira Jenika, S.Kep
NIM : 22131310
Program Studi : Profesi Ners
Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Pada Tn. N Dengan Penyakit DM Tipe 2 Yang Diberikan *Evidence Based Practice* Relaksasi Otot Progressive Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Di Ruang Internal Pria RSUP Dr. M. Djamil Padang

Diabetes melitus adalah penyakit kronis progresif yang dapat ditandai dengan ketidakmampuan tubuh untuk melakukan metabolisme karbohidrat, lemak dan protein sehingga dapat menyebabkan terjadinya peningkatan kadar gula darah tinggi (hiperglikemia). Faktor gaya hidup yang tidak sehat dapat menyebabkan terjadinya peningkatan kadar gula darah dalam tubuh.

Pada pengkajian Tn. N didapatkan klien memiliki riwayat DM Tipe 2 sejak tahun 2015 karena mempunyai gaya hidup yang tidak sehat dan tidak teratur, karena setiap hari mengonsumsi makanan yang manis dan juga gorengan. Hal ini dapat menyebabkan terjadinya ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien DM karena faktor yang dapat menyebabkan meningkatnya kadar glukosa darah salah satunya yaitu faktor genetic, usia > 40 tahun, obesitas, gaya hidup dan stress.

Dari data yang didapatkan pada pengkajian didapatkan 4 masalah keperawatan pada Tn. N. yaitu ketidakstabilan kadar glukosa darah, perfusi perifer tidak efektif, defisit nutrisi dan ansietas. Dari masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah tersebut penulis memberikan terapi relaksasi otot progresif untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien DM Tipe 2.

Intervensi diberikan pada masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah dengan terapi relaksasi otot progresif dimana pada Tn. N terjadi peningkatan kadar gula darah. Evaluasi hasil yang didapatkan sebelum diberikan terapi pada hari pertama kadar gula darah pasien yaitu 243 dan setelah diberikan intervensi pada hari kelima turun menjadi 200. Ini membuktikan bahwa terapi relaksasi otot efektif terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien DM Tipe 2.

Kata Kunci : DM Tipe 2, Kadar Gula Darah, Relaksasi Otot Progressive

ABSTRACT

Name : *Helsapeira Jenika, S.Kep*
NIM : *22131310*
Study Program : *Ners Professional*
Title : *Analysis of Nursing Care in Tn. N with Type II Diabetes Mellitus in The Internal Room at RSUP Dr. M. Djamil Padang and Evidence Based Practice Progressive Muscle Relaxation Techniques for Reducing Blood Sugar Levels*

Diabetes mellitus is a chronic, progressive disease that can be characterized by the body's inability to metabolize carbohydrates, fats and proteins, which can cause an increase in high blood sugar levels (hyperglycemia). Unhealthy lifestyle factors can cause an increase in blood sugar levels in the body

In the study Mr. N found that the client had a history of Type 2 DM since 2015 because he had an unhealthy and irregular lifestyle, because he consumed sweet and fried foods every day. This can cause instability in blood glucose levels in DM patients due to factors that can cause increased blood glucose levels, one of which is genetic factors, age > 40 years, obesity, lifestyle and stress.

From the data obtained in the assessment, it was found that 4 nursing problems occurred in Mr. N. namely instability of blood glucose levels, ineffective peripheral perfusion, nutritional deficits and anxiety. Based on the nursing problem of unstable blood glucose levels, the author provides progressive muscle relaxation therapy to reduce blood sugar levels in Type 2 DM patients.

Intervention was given to the problem of unstable blood glucose levels with progressive muscle relaxation therapy where Mr. N there is an increase in blood sugar levels. Evaluation of the results obtained before being given therapy on the first day of the patient's blood sugar level was 243 and after being given the intervention on the fifth day it fell to 200. This proves that muscle relaxation therapy is effective in reducing blood sugar levels in Type 2 DM patients.

Keywords : *DM Type 2, Blood Sugar Levels, Progressive muscle Relaxation*