

**Program Studi S1 Keperawatan
STIKes MERCUBAKTIJAYA PADANG
Skripsi, Agustus 2023
Puja Valentina**

**Pengaruh Relaksasi Autogenik Terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu
Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kelurahan Simpang Haru
Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Padang**

ix + 70 halaman + 3 skema + 5 tabel + 14 lampiran

ABSTRAK

Diabetes mellitus tipe merupakan penyakit diabetes yang umum terjadi pada orang dewasa yang bisa menyerang usia yang lebih muda, terutama orang yang memiliki gaya hidup tidak sehat, ditandai dengan gejala peningkatan kadar glukosa dalam darah yang diakibatkan oleh kurangnya hormon insulin. Kadar Gula Darah adalah kekurangan hormon insulin atau adanya penurunan kemampuan insulin untuk bekerja ke jaringan perifer sehingga terjadi penurunan fungsi sel beta. Salah satu relaksasi yang dapat mengatasi dan menurunkan kadar gula darah adalah terapi relaksasi autogenik. Tujuan penelitian ini adalah mengetahuinya pengaruh terapi relaksasi autogenik terhadap kadar gula darah sewaktu pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di kelurahan simpang haru wilayah kerja puskesmas andalas padang. Jenis penelitian ini menggunakan *pre eksperimen* dengan rancangan *one group pre-test post-test*. Sampel berjumlah 12 responden dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Pengolahan data menggunakan uji *T-test*. Hasil penelitian didapatkan rerata skor kadar gula darah sebelum diberikan intervensi adalah 300,00 dan rerata skor kadar gula darah sesudah diberikan intervensi adalah 153,67. Terdapat perbedaan antara skor kadar gula darah sebelum dan sesudah intervensi dengan *p-value = 0,000 (p-value ≤ 0,05)*, berarti terdapat pengaruh pemberian terapi relaksasi autogenik terhadap kadar gula darah sewaktu di kelurahan simpang haru wilayah kerja puskesmas andalas padang. Disarankan bagi pelayanan keperawatan dapat memberikan intervensi terapi relaksasi autogenik pada pasien DM yang berkunjung ke pelayanan kesehatan.

Kata Kunci : Kadar Gula Darah, Terapi Relaksasi Autogenik, Diabetes Mellitus Tipe 2

Daftar Bacaan : 38 (2009-2022)

**Bachelor of Nursing Study Program
MERCUBAKTIJAYA STIKES PADANG
Skripsi, August 2023
Puja Valentina**

The Effect of Autogenic Relaxation on Blood Sugar Levels in Type 2 Diabetes Mellitus Patients in Simpang Haru Village, Andalas Padang Health Center Working Area

ix + 70 pages + 3 schematics + 5 tables + 14 appendices

ABSTRACT

Type diabetes mellitus is a diabetes disease that commonly occurs in adults that can strike at a younger age, especially people who have an unhealthy lifestyle, characterized by symptoms of increased blood glucose levels caused by a lack of the hormone insulin. Blood Sugar Levels are a deficiency of the hormone insulin or a decrease in the ability of insulin to work on peripheral tissues resulting in a decrease in beta cell function. One of the relaxation methods that can overcome and reduce blood sugar levels is autogenic relaxation therapy. The purpose of this study was to determine the effect of autogenic relaxation therapy on blood sugar levels in patients with type 2 diabetes mellitus in the Simpang Haru Village, Andalas Padang Public Health Center. This type of research used a pre-experimental design with one group pre-test post-test. The sample is 12 respondents with purposive sampling technique. Data processing using the T-test. The results of the study showed that the average score of blood sugar levels before being given the intervention was 300.00 and the average score of blood sugar levels after being given the intervention was 153.67. There is a difference between the scores of blood sugar levels before and after the intervention with a p-value = 0.000 ($p\text{-value} \leq 0.05$), meaning that there is an effect of giving autogenic relaxation therapy on blood sugar levels while in the Simpang Haru sub-district, the working area of the Andalas Padang Health Center. It is recommended that nursing services can provide autogenic relaxation therapy interventions for DM patients who visit health services.

Keywords: Blood Sugar Levels, Autogenic Relaxation Therapy, Type 2 Diabetes Mellitus

Reading List : 38 (2009-2022)