

ABSTRAK

Titik Ulin Nuha¹, Benny Arief S², Eny Purwati³

Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif pada pasien Diabetes Mellitus Di Ruang Sulaiman 3 RS Roemani Muhammadiyah Semarang.

Latar belakang : Diabetes mellitus adalah penyakit yang disebabkan tubuh tidak dapat melepaskan atau menggunakan insulin secara adekuat sehingga kadar glukosa di dalam darah tinggi. Penanganan farmakologi efektif untuk menurunkan kadar gula darah. Terapi *progressive muscle relaxation* merupakan salah satu teknik manajemen stress dan kecemasan. Terapi tersebut dalam pelaksanaannya mengkombinasikan relaksasi pikiran dan juga melibatkan ketegangan dan relaksasi dari berbagai macam otot tubuh. Relaksasi diketahui dapat membantu menurunkan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus karena dapat menekan pengeluaran hormon-hormon yang dapat meningkatkan kadar glukosa darah.

Tujuan : Mampu memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif pada pasien *Diabetes mellitus* dengan terapi relaksasi otot progresif.

Metode : Dilakukan dengan menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan dengan mengambil satu kasus sebagai unit analisa. Unit analisa adalah tiga responden pasien *Diabetes mellitus* di Ruang Sulaiman 3 Rumah Sakit Roemani Semarang. Metode pengambilan data menggunakan asuhan keperawatan meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi dan evaluasi, analisa data deskriptif.

Hasil penelitian : Berdasarkan analisa data diperoleh 2 masalah keperawatan yang sama yaitu ketidakstabilan kadar glukosa darah berhubungan dengan hiperglikemi dan perfusi perifer tidak efektif berhubungan dengan hiperglikemi.

Kesimpulan : Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3 hari pada ketiga pasien, masalah keperawatan utama ketidakstabilan kadar glukosa darah berhubungan dengan hiperglikemi teratasi dengan baik

Kata kunci : *diabetes mellitus*, terapi relaksasi otot progresif, kadar glukosa darah.