

**Program Studi Sarjana Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan  
Juli, 2024**

## **ABSTRAK**

**Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kadar Glukosa Darah  
Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Ruang Sulaiman 4 Rumah Sakit  
Roemani Muhammadiyah Semarang**

Vika Dwi Yulianti, Trina Kurniawati

**Latar Belakang :** Pengelolaan Diabetes Melitus terbagi menjadi dua pendekatan, yaitu farmakologis dan nonfarmakologis. Teknik relaksasi otot progresif merupakan salah satu terapi nonfarmakologis yang diketahui dapat membantu menurunkan kadar glukosa darah karena dapat menekan pengeluaran hormon-hormon yang dapat meningkatkan kadar glukosa darah seperti epinefrin, kortisol, glukagon, *adrenocorticotropic* (ACTH), kortikosteroid, dan tiroid.

**Metode :** Jenis penelitian ini dalam bentuk studi kasus berupa pendekatan deskriptif. Sebanyak satu pasien diberikan implementasi standar asuhan keperawatan sebagai unit analisa. Metode pengambilan data menggunakan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Penelitian dilakukan 2 kali dalam sehari selama 3 hari berturut-turut.

**Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan kadar gula darah pada pasien sebelum dilakukan teknik relaksasi otot progresif sebesar 304 mg/dl dan hasil setelah dilakukan teknik relaksasi otot progresif selama 3 hari mengalami penurunan menjadi 197 mg/dl.

**Simpulan :** Terdapat pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe II.

**Kata Kunci :** Diabetes Melitus Tipe II, Teknik Relaksasi Otot Progresif

**Daftar Pustaka :** 16 daftar pustaka (2018-2024)