

ABSTRAK

Selija Suciati (2023) Penerapan Terapi Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Lansia Diabetes Militus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Karya Wanita, Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan Riau, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) R.Sakhnan, SKM, M.Kes (II) Idayanti, S.pd. M.Kes.

Diabetes melitus peningkatan kadar gula darah dalam tubuh disebabkan karena tubuh tidak dapat menghasilkan insulin atau tidak dapat menggunakan insulin secara efektif. Di Indonesia angka kejadian DM Tipe 2 sebesar 19,9%. Penanganan yang dapat dilakukan pada kasus DM Tipe 2 adalah dengan Menurunkan kadar gula darah. Salah satunya dengan terapi Non farmakologi yaitu terapi relaksasi benson. Relaksasi benson adalah terapi yang dapat menurunkan kadar gula dalam darah. Relaksasi benson ini sendiri merupakan pengembangan metode respon relaksasi dengan melibatkan faktor keyakinan pasien, Metode penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan metode pendekatan studi kasus yang dilakukan pada bulan April 2023. Subyek dalam penelitian ini ada 2 pasien yang memiliki kriteria yang sudah ditetapkan. Pemberian terapi relaksasi benson dilakukan selama 7 hari berturut-turut pada waktu pagi siang dan sore. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan kadar gula darah pada subyek I dan II. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian terapi relaksasi benson efektif dalam menurunkan kadar gula darah. Oleh sebab itu, tindakan pemberian terapi relaksasi benson dapat dijadikan salah satu cara yang efektif menekan biaya dan dapat dilakukan secara mandiri tanpa alat yang khusus untuk menangani kadar gula darah pada sien DM Tipe 2.

Kata kunci: DM Tipe 2, Kadar Gula Darah, Terapi Relaksasi Benson