

ABSTRAK

Dwi Khaironisa (2024). *Penerapan Relaksasi Otot progresif Terhadap Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Melur Pekanbaru*, Karya Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan Riau, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (1) Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep, (II) R. Sakhnan, S.K.M., M.Kes.

Diabetes mellitus tipe 2 merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah dalam tubuh karena resistensi insulin atau produksi insulin yang tidak cukup. Kondisi ini menyebabkan tubuh tidak bisa menggunakan glukosa (gula) sebagai energi secara efektif. Tujuannya bisa mendeskripsikan penerapan relaksasi otot progresif pada penderita Diabetes Mellitus tipe 2 di Puskesmas Melur Pekanbaru. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Studi kasus adalah suatu desain penelitian yang dapat dilakukan dalam berbagai bidang, dimana seorang peneliti menganalisis suatu kasus secara rinci dan mengumpulkan informasi yang lengkap pada suatu waktu tertentu dengan menggunakan berbagai teknik pengumpulan data. Penerapan yang dilakukan adalah Penerapan Relaksasi Otot Progresif sehingga terjadi penurunan tingkatan Kadar Gula yaitu berada di bawah biasanya, walaupun belum mencapai batas normalnya. Proses pada subjek untuk mendapatkan penurunan gula darah dilakukan secara berangsur sehingga hasil yang didapat mengalami penurunan terhadap kadar gula darah.

Kata Kunci: Relaksasi, Gula Darah, Diabetes.

ABSTRACT

Dwi Khaironisa (2024). Application of Progressive Muscle Relaxation on Blood Sugar of Type 2 Diabetes Mellitus Patients at Melur Health Center, Pekanbaru, Scientific Case Study, Riau Nursing Diploma III Study Program, Riau Ministry of Health Polytechnic. Supervisors (1) Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep, (II) R. Sakhnan, S.K.M., M.Kes.

Diabetes mellitus type 2 is a chronic disease characterized by increased blood sugar levels in the body due to insulin resistance or insufficient insulin production. This condition causes the body to be unable to use glucose (sugar) as energy effectively. The aim is to describe the application of progressive muscle relaxation in patients with Diabetes Mellitus type 2 at the Melur Pekanbaru Health Center. The type of research conducted is descriptive research with a case study approach. A case study is a research design that can be carried out in various fields, where a researcher analyzes a case in detail and collects complete information at a certain time using various data collection techniques. The application carried out is the Application of Progressive Muscle Relaxation so that there is a decrease in the level of Sugar Levels, which is below normal, although it has not reached its normal limit. The process in the subject to obtain a decrease in blood sugar is carried out gradually so that the results obtained experience a decrease in blood sugar levels.

Keywords: Relaxation, Blood Sugar, Diabetes.