

ABSTRAK

Ketidakstabilan kadar glukosa darah pasien Diabetes Melitus tipe 2 mengalami hiperglikemi karena resistensi insulin. Disebabkan ketidakpatuhan pola makan, pengobatan sehingga insulin mengalami resistensi mengakibatkan glukosa darah menjadi tidak stabil dan cenderung meningkat. Tujuan Penelitian adalah untuk mengetahui Pengaruh penerapan Progressive Muscle Relaxation pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dengan masalah keperawatan Ketidakstabilan gula darah di UPTD Griya Werdha Surabaya.

Penelitian menggunakan metode kasus dengan pendekatan studi kasus untuk mengeksplorasi Penerapan Progressive Muscle Relaxation dengan Masalah Keperawatan Ketidakstabilan gula darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2, penelitian dilakukan dengan penerapan prosedur sesuai Standart Operasional Prosedur, penelitian berlangsung 7 hari dengan metode pengumpulan data meliputi pengkajian hingga evaluasi dengan wawancara, pemeriksaan fisik, observasi, pemeriksaan gula darah sebelum dan sesudah .

Hasil penelitian setelah 7 hari diberikan pemberian penerapan Progressive Muscle Relaxation didapatkan gula darah tinggi pasien hari pertama hasil GDA 441mg/dl sedangkan hasil gula darah sesudah dilakukan terapi Progressive Muscle Relaxation hari keenam menjadi 225 mg/dl.

Progressive Muscle Relaxation dapat menjadi terapi alternatif mengatasi Ketidakstabilan Gula Darah pada pasien Diabetes Melitus, selain pasien harus meminum obat farmakologi sesuai aturan agar dapat menjadi pilihan pelengkap untuk mengatasi Diabetes Melitus.

Kata kunci: Progressive Muscle Relaxation , Ketidakstabilan Gula Darah, Diabetes Melitus tipe 2.