

## ABSTRAK

Diabetes mellitus (DM) merupakan suatu penyakit yang kronis dan progresif yang ditandai dengan ketidakmampuan tubuh untuk memetabolisme protein, lemak serta karbohidrat. Gula darah yang tidak terkontrol akan menyebabkan timbulnya komplikasi baik itu akut maupun kronis, dengan ini akan menyebabkan hiperglikemi beserta terjadinya gangguan metabolik akibat dari gangguan hormonal. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh latihan PMR (*progressive muscle relaxation*) kombinasi musik pada pasien diabetes mellitus dengan masalah keperawatan resiko ketidakstabilan kadar glukosa darah di ruang shofa marwah Rumah Sakit Islam Surabaya.

Desain penelitian menggunakan metode studi kasus dengan subyek penelien berjumlah 2 pasien dengan masalah keperawatan resiko ketidakstabilan kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus. Penelitian ini dilakukan di ruang Shofa Marwah Rumah Sakit Islam Surabaya selama 3 hari. Pengumpulan data meliputi pengkajian, menentukan diagnosa, menentukan intervensi keperawatan, melaksanakan implementasi dan melakukan evaluasi.

Hasil penelitian yang didapatkan setelah penerapan latihan PMR kombinasi musik yang dilakukan selama 3 hari pada pasien diabetes mellitus yang di sertai dengan pengobatan farmakologis dari tim dokter, keduanya dapat memperbaiki ketidakstabilan kadar glukosa darah pada Ny. M menunjukkan penurunan kadar glukosa darah dari 250mg/dl menjadi 142mg/dl, dan juga Ny. L telah mampu menurunkan glukosa darahnya dari 267mg/dl menjadi 167mg/dl

Penerapan latihan PMR kombinasi musik yang disertai terapi farmakologis dapat menurunkan gula darah pada pasien diabetes mellitus. Pasien diharapkan dapat terus menerus menerapkan latihan PMR kombinasi musik sebagai tindakan mandiri non farmakologis untuk menurunkan kadar glukosa darah pada diabetes mellitus.

**Kata Kunci :** Diabetes mellitus, Resio ketidakefektifan kadar glukosa darah, PMR kombinasi musik.