

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. K DENGAN DIABETES  
MELITUS TIPE II DI RSUP DR. M DJAMIL PADANG DAN  
*EVIDENCE BASED PRACTICE* TEKNIK RELAKSASI  
OTOT PROGRESIF UNTUK MENURUNKAN  
KADAR GULA DARAH  
TAHUN 2023**

**KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH**



*Oleh :*

**SUCI HANDRIA PUTRI, S.Kep**

**2214901075**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG  
TAHUN 2023**

## PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Suci handria putri, S.Kep  
NIM : 2214901075  
Tempat/ Tanggal Lahir : Kampung Baru , 02-12-1998  
Tahun Masuk : 2022  
Program Studi : Keperawatan  
Nama Pembimbing Akademik : Ns. Willady Rasyid, S. Kep, M. Kep, Sp. KMB  
Nama Pembimbing : Ns. Willady Rasyid, S. Kep, M. Kep, Sp. KMB

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan karya tulis ilmiah saya yang berjudul :

“Asuhan Keperawatan Pada Ny. K Dengan Pemberian Terapi Teknik Relaksasi Otot Prgogesif Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Dm Tipe Ii Di Ruangn Interne Wanita Rsup Dr. Djamil Padang Tahun 2023”

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, dalam penulisan karya ilmiah elektif ini, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, Desember 2023



**Suci Handria Putri, S. Kep**

**PERSETUJUAN LAPORAN ILMIAH AKHIR**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. K DENGAN PEMBERIAN  
TERAPI TEKNIK RELAKSASI OTOT PRGOGESIF UNTUK  
MENURUNKAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN  
DM TIPE II DI RUANGAN INTERNE WANITA  
RSUP DR. DJAMIL PADANG  
TAHUN 2023**

**Suci Handria Putri, S. Kep**

**2214901075**

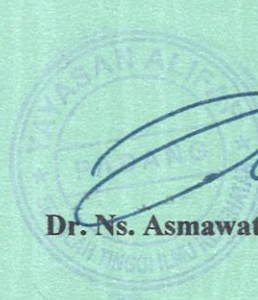
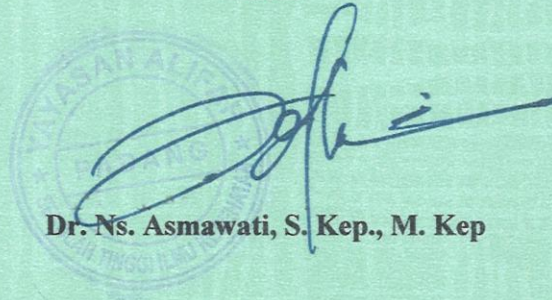
**Laporan ilmiah akhir ini telah disetujui,  
Tanggal Bulan Desember Tahun 2023  
Oleh:**

**Pembimbing**



**Ns. Willady Rasyid, S. Kep, M. Kep, Sp. KMB**

**Mengetahui,  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang  
Ketua**



**Dr. Ns. Asmawati, S. Kep., M. Kep**

**PERNYATAAN PENGUJI**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. K DENGAN PEMBERIAN  
TERAPI TEKNIK RELAKSASI OTOT PRGOGESIF UNTUK  
MENURUNKAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN  
DM TIPE II DI RUANGAN INTERNE WANITA  
RSUP DR. DJAMIL PADANG  
TAHUN 2023**

**Suci Handria Putri, S. Kep**

**2214901075**

**Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners Ini  
Telah Di Uji Dan Dinilai Oleh Penguji  
Program Studi Pendidikan Profesi Ners  
Pada Bulan Januari 2024**

**Oleh:**

**TIM PENGUJI**

**Pembimbing I Ns. Willady Rasyid, S. Kep, M. Kep, Sp. KMB** (.....)

**Penguji I Ns. Rebbi Permata Sari, S.Kep, M.Kep** (.....)

**Penguji II Ns Hidayatul Rahmi, S.Kep, M.Kep** (.....)

**Mengetahui,  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang  
Ketua**

  
**Dr. Ns. Asmawati, S. Kep., M. Kep**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG**  
KIAN, Desember 2023

**Suci Handria Putri, S.Kep**

Asuhan Keperawatan Pada Ny. K Dengan Pemberian Terapi Teknik Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Dm Tipe II Di Ruang Interne Wanita RSUP Dr. Djamil Padang Tahun 2023”  
xi + 131 Halaman, Tabel, Gambar, 5 Lampiran

### **RINGKASAN EKSLUSIF**

Diabetes mellitus (DM) tipe 2 adanya hiperglikemia karena penurunan sekresi insulin yang rendah oleh kelenjer pankreas. Sedangkan manajemen DM di Rumah Sakit hanya berfokus pada pengobatan dan diet namun aktivitas fisiknya masih rendah. Aktivitas fisik yang dapat dilakukan pada pasien DM tipe 2 ialah relaksasi otot progresif, teknik ini mengkombinasi latihan nafas dalam dan serangkaian kontraksi relaksasi otot yang praktis dan mudah gerakannya. Tujuan penulisan karya ilmiah akhir ini untuk mengaplikasikan asuhan keperawatan medikal bedah pada pasien diabetes mellitus tipe II dengan pemberian teknik relaksasi otot progresif untuk menurunkan kadar gula darah.

Pada Ny. K didapatkan data bahwa klien mengalami Diabetes mellitus tipe 2. Diagnosa yang didapatkan dari kasus yaitu ketidakstabilan gula darah, defisit nutrisi, kerusakan integritas kulit. Salah satu intervensi non farmakologi yang dapat dilakukan perawat yaitu pemberian teknik relaksasi otot progresif.

Pelaksanaan intervensi yang dilakukan kepada Ny. K diruangan interne wanita RSUP DR M. Djamil Padang pasien kelolaan memiliki gula darah yaitu >200 mg/dl. Intervensi yang diberikan untuk menurunkan kadar gula darah yaitu dengan ROP dengan 2 kali sesi dalam sehari 15-20 menit setiap sesi mengalami penurunan kadar gula darah, dan pasien mampu melakukan teknik otot progresif secara mandiri.

Berdasarkan penatalaksanaan yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa terapi nonfarmakologis pemberian intervensi relaksasi otot progresif dapat menurunkan kadar gula darah pada pasien DM.

**Daftar Pustaka** : 43 (2014-2021)

**Kata Kunci** : **Diabetes Mellitus Tipe II, Teknik Relaksasi Otot Progresif, Menurunkan Gula Darah**

**Suci Handria Putri, S.Kep**

*Nursing Care for Mrs. K By Providing Progressive Muscle Relaxation Technique Therapy To Reduce Blood Sugar Levels In Type II Diabetes Patients In The Women's Surgery Room At Dr. Sup. Djamil Padang in 2023"*  
*xi + 131 Pages, Tables, Figures, 5 Appendices*

### **EXCLUSIVE SUMMAR**

*Type 2 diabetes mellitus (DM) has hyperglycemia due to a decrease in insulin secretion by the pancreatic gland. Meanwhile, DM management in hospitals only focuses on medication and diet, but physical activity is still low. Physical activity that can be carried out in type 2 DM patients is progressive muscle relaxation, this technique combines deep breathing exercises and a series of muscle relaxation contractions that are practical and easy to move. The aim of writing this final scientific paper is to apply medical-surgical nursing care to type II diabetes mellitus patients. by administering progressive muscle relaxation techniques to lower blood sugar levels.*

*To Mrs. K obtained data that the client had diabetes mellitus type 2. The diagnosis obtained from the case was blood sugar instability, nutritional deficit, damage to skin integrity. One non-pharmacological intervention that nurses can carry out is providing progressive muscle relaxation techniques..*

*Implementation of the intervention carried out on Mrs. K in the women's internal room at DR M. Djamil General Hospital, Padang, patients managed to have blood sugar that is >200 mg/gl. The intervention given to reduce blood sugar levels is ROP with 2 sessions a day, 15-20 minutes per session, to reduce blood sugar levels, and the patient is able to carry out progressive muscle techniques independently.*

*Based on the management carried out, it can be concluded that non-pharmacological therapy providing progressive muscle relaxation interventions can reduce blood sugar levels in DM patients.*

**Bibliography** : 43 (2014-2021)

**Keywords** : **Diabetes Mellitus Type II, Progressive Muscle Relaxation Technique, Lowering Blood Sugar**