

# ASUHAN KEPERAWATAN PASIEN DIABETES MELLITUS DENGAN MASALAH KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH DAN PENERAPAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI RSI FATIMAH CILACAP TAHUN 2025

Imam<sup>1</sup> , Dewi Prasetyani<sup>2</sup> ,  
<sup>1,2</sup>, Universitas Al- Irsyad Cilacap  
Jl. Cerme No. 24 Sidanegara Cilacap  
Email : Imamsyafrudin@gmail.com

## ABSTRAK

Diabetes Melitus (DM) adalah suatu kumpulan gejala yang timbul pada seseorang yang disebabkan oleh karena adanya peningkatan kadar glukosa darah akibat penurunan sekresi insulin yang progresif yang dilatarbelakangi oleh restensi insulin. Maka diperlukan penanganan berupa penerapan teknik non farmakologis yaitu relaksasi otot progresif. Pemberian relaksasi otot progresif diberikan 1x sehari selama 30 menit dalam waktu 3 hari sebelum dilakukan relaksasi otot progresif kadar glukosa sewaktu pasien 290 mg/dl sedangkan setelah dilakukan relaksasi otot progresif, kadar glukosa darah pasien adalah 190 mg/dl. Penerapan relaksasi otot progresif efektif dan berpengaruh dalam menurunkan kadar glukosa darah.

**Kata kunci:** Diabetes mellitus, ketidakstabilan kadar glukosa darah, relaksasi otot progresif.

## ABSTRACT

*Diabetes Mellitus (DM) is a collection of symptoms that arise in an individual due to an increase in blood glucose levels caused by a progressive decrease in insulin secretion, which is underpinned by insulin resistance. Therefore, management is required in the form of non-pharmacological techniques, namely progressive muscle relaxation. Progressive muscle relaxation is provided once a day for 30 minutes over a period of 3 days. Before the application of progressive muscle relaxation, the patient's blood glucose level was 290 mg/dl, while after the application, the patient's blood glucose level was 190 mg/dl. The application of progressive muscle relaxation is effective and has an impact on lowering blood glucose levels.*

**Keywords:** *Diabetes mellitus, blood glucose level instability, progressive muscle relaxation.*