

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SEMARANG**

Skripsi, Agustus 2020
Furqan Syakban Nurrahman

Manajemen Relaksasi Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Dengan
Diabetes Mellitus Tipe II

xii + 52 halaman + 9 tabel + 1 skema

Abstrak

Diabetes mellitus merupakan salah satu penyakit degeneratif dan penyakit tidak menular yang dimana kondisi penderita mengalami ketidak mampuan tubuh untuk menggunakan insulin secara efektif dan angka kejadiannya terus meningkat tiap tahunnya. Pasien dengan diabetes mellitus dapat mengalami stress psikologis yang dimana akan menyebabkan meningkatnya kadar gula dalam darah. Penatalaksanaan yang dapat dilakukan untuk menurunkan kadar gula dalam darah bisa menggunakan farmakologi, maupun non-farmakologi seperti relaksasi. Metode penelitian yang digunakan adalah *literature review* dimulai dengan penentuan topik, kemudian pemilihan *keyword* untuk penelusuran jurnal yang terkait menggunakan bahasa Indonesia dan bahasa Inggris melalui beberapa website seperti *Google Scholar* dan *Science Direct*. Pencarian dibatasi untuk jurnal tahun 2015 sampai dengan 2020, didapatkan 1 jurnal internasional dan 9 jurnal nasional. *Literature review* menunjukkan bahwa manajemen relaksasi yang digunakan untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe II adalah dengan teknik relaksasi benson, nafas dalam, autogenik, meditasi, dan relaksasi otot progresif maupun kombinasi dari teknik relaksasi. Semua teknik relaksasi yang diterapkan diseluruh penelitian tersebut menunjukkan hasil yang signifikan dalam penurunan kadar gula darah pada pasien dengan diabetes mellitus tipe II.

Kata kunci : Relaksasi, Kadar Gula Darah, Diabetes Mellitus Tipe II
Pustaka : 21 buku, 21 jurnal

**UNDERGRADUATE NURSING SCIENCE STUDY PROGRAM
FACULTY OF NURSING AND HEALTH SCIENCE
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SEMARANG**

*Undergraduate Thesis, August 2020
Furqan Syakban Nurrahman*

Relaxation Management Towards Decreased Blood Sugar Levels on Patients With Type 2 Diabetes Mellitus

xii + 46 pages + 9 tables + 1 scheme

Abstract

Diabetes mellitus is one of the degenerative and not infectious disease which the patient has the inability of the body to use insulin effectively and the number of incidence rate continuously increase every year. Patient with diabetes mellitus can experience psychological stress which will cause an increase in blood sugar levels. Management that can be done to reduce blood sugar levels can use pharmacology, or non-pharmacology such as relaxation. The method that used in this study is literature review start by specifying the subject, determine the keyword for search related journal used bahasa and english via websites such as Google Scholar and Science Direct. Search is filtered by journals that published from 2015 till 2020, 1 international journal and 9 national journals was found. Literature review show that relaxation management that used for decrease blood sugar levels in patients with type II diabetes mellitus are using Benson relaxation technique, slow deep breathing, autogenic, meditation, and progressive muscle relaxation or combination of relaxation technique. The result of all relaxation technique that applied throughout the study showed that blood sugar levels on patients with type 2 diabetes mellitus has decreased.

Keywords : Relaxation, Blood Sugar Levels, Type II Diabetes Mellitus

References : 21 books, 21 journals