

KARYA ILMIAH AKHIR

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI AUTOGENIK PADA LANSIA
NY. M DENGAN DIABETES MELITUS TERHADAP UPAYA
KESTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH
DI PUSKESMAS PAUH KOTA PADANG**



PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

TAHUN 2022

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
Januari 2023**

Nama : Rizki Cahaya Putri
Nim : 2141312088

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI AUTOGENIK PADA LANSIA
NY. M DENGAN DIABETES MELITUS TERHADAP UPAYA
KESTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH
DI PUSKESMAS PAUH KOTA PADANG**

ABSTRAK

Pendahuluan: Diabetes melitus pada lansia terjadi karena faktor usia yang menyebabkan penurunan sel fungsi pankreas dan sekresi insulin. kadar gula darah tinggi yang tidak segera ditangani dapat menyebabkan meningkatnya risiko terjadinya komplikasi serius, seperti kerusakan ginjal, saraf, dan ketoasidosis diabetik. Pada lansia kelolaan didapatkan masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah ditandai dengan tingginya kadar glukosa klien. Sehingga dibutuhkan penanganan dan asuhan keperawatan komprehensif. Salah satu penatalaksanaan nonfarmakologis yang dianjurkan pada lansia dengan diabetes melitus untuk mencegah terjadinya resiko ketidakstabilan kadar glukosa darah adalah relaksasi autogenik, dimana relaksasi tersebut dapat mengatur hormon kortisol dan hormon stres yang dapat memicu peningkatan kadar glukosa darah. **Tujuan:** Mengetahui asuhan keperawatan lansia untuk mencegah terjadinya risiko ketidakstabilan kadar glukosa darah pada lansia dengan diabetes melitus dengan relaksasi autogenik. **Metode:** Menggunakan metode studi kasus dan memberikan asuhan keperawatan dengan pendekatan proses keperawatan. **Hasil:** Dari asuhan keperawatan yang telah diberikan selama 8 hari menunjukkan bahwa penerapan relaksasi autogenik memberikan dampak yang baik terhadap kondisi lansia dimana terjadi penurunan kadar glukosa darah yang signifikan dari 320 g/dl menurun pada hari ke 8 menjadi 219 g/dl dan dilakukan pengukuran sebelum dan setelah diberikan intervensi dengan menggunakan glukosa meter. **Saran:** Diharapkan relaksasi autogenik dapat menjadi salah satu edukasi *discharge planning* sebagai intervensi preventif pada pasien diabetes melitus untuk mencegah kestabilan kadar glukosa darah.

Kata Kunci: Asuhan Keperawatan, Lansia, Diabetes Melitus, Relaksasi Autogenik

Daftar Pustaka : 23 (2010-2021)

NERS PROFESSIONAL STUDY PROGRAM
NURSING FACULTY
ANDALAS UNIVERSITY
January 2023

Name: Rizki Cahaya Putri

Name : 2141312088

APPLICATION OF AUTOGENIC RELAXATION TECHNIQUES IN
THE ELDERLY NY. M WITH DIABETES MELLITUS AGAINST
EFFORTS STABILITY OF BLOOD GLUCOSE LEVELS
AT PAUH HEALTH CENTER, PADANG CITY

ABSTRACT

Introduction: Diabetes mellitus in the elderly occurs due to age which causes a decrease in pancreatic cell function and insulin secretion. High blood sugar levels that are not treated immediately can cause an increased risk of serious complications, such as kidney damage, nerves, and diabetic ketoacidosis. In the elderly under management, there is a problem of instability of blood glucose levels characterized by the client's high glucose level. So that comprehensive nursing care and treatment is needed. One of the recommended nonpharmacological treatments for the elderly with diabetes mellitus to prevent the risk of unstable blood glucose levels is autogenic relaxation, where relaxation can regulate the hormone cortisol and stress hormones which can trigger an increase in blood glucose levels. **Objective:** To know nursing care for the elderly to prevent the risk of unstable blood glucose levels in the elderly with diabetes mellitus with autogenic relaxation. **Method:** Using the case study method and providing nursing care with a nursing process approach. **Results:** From the nursing care that was given for 8 days it showed that the application of autogenic relaxation had a good impact on the condition of the elderly where there was a significant decrease in blood glucose levels from 320 g/dl on the 8th day to 219 g/dl and measurements were taken before and after being given an intervention using a glucose meter. **Suggestion:** It is hoped that autogenic relaxation can become one of the discharge planning education as a preventive intervention in diabetes mellitus patients to prevent stability of blood glucose levels.

Keywords: Nursing Care, Elderly, Diabetes Mellitus, Autogenic Relaxation

Bibliography : 23 (2010-2021)

