

KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TN. I DENGAN KASUS
DIABETES MELLITUS TIPE II MENGGUNAKAN PENERAPAN
TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN
KADAR GLUKOSA DARAH DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PAUH KOTA PADANG**

Peminatan Keperawatan Keluarga



**AGUS WISUDAWAN, S.Kep
NIM. 2341312136**

Pembimbing:

Fitra Yeni, S.Kp., MA
Ns. Mahathir, M.Kep, Sp. Kep. Kom

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2025**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
KARYA ILMIAH AKHIR
Desember, 2024
Nama : Agus Wisudawan
NIM : 2341312136**

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TN. I DENGAN KASUS
DIABETES MELLITUS TIPE II MENGGUNAKAN PENERAPAN
TEKNIK RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN
KADAR GLUKOSA DARAH DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PAUH KOTA PADANG**

ABSTRAK

Diabetes Mellitus merupakan salah satu penyakit yang berbahaya yang terjadinya peningkatan kadar glukosa darah pada seseorang yang dapat menimbulkan komplikasi pada berbagai macam organ tubuh. Kadar glukosa darah dapat dikendalikan dengan metode 5 pilar, yaitu: edukasi, terapi gizi medis, latihan fisik, terapi farmakologi dan kontrol rutin kadar glukosa darah. Salah satu latihan fisik yang dapat menurunkan kadar glukosa darah yaitu teknik relaksasi Benson. Teknik relaksasi Benson berguna untuk menurunkan kadar glukosa darah pada klien DM. Tujuan dari laporan ini adalah untuk memaparkan Asuhan Keperawatan Keluarga Tn. I dengan kasus Diabetes Mellitus menggunakan penerapan teknik relaksasi Benson. Metode penulisan ini adalah dengan penggunaan studi kasus. Diagnosa keperawatan yang ditemukan adalah manajemen kesehatan keluarga tidak efektif b.d kompleksitas program perawatan/pengobatan d.d klien dan keluarga mengungkapkan tidak memahami masalah kesehatan yang diderita, mengungkapkan kesulitan menjalankan perawatan yang ditetapkan, gejala penyakit anggota keluarga semakin memberat, aktivitas keluarga untuk mengatasi masalah kesehatan tidak tepat, dan gagal melakukan tindakan untuk mengurangi risiko. Saat dilakukan pemeriksaan kadar gula darah Tn. I yaitu 278 mg/dL, Tn. I mengatakan ia jarang melakukan olahraga dan aktivitas secara tertatur. Intervensi keperawatan yang diberikan yaitu dukungan koping keluarga dan dukungan keluarga dalam merencanakan perawatan. Hasil implementasi didapatkan menurunnya kadar glukosa darah Tn. I yaitu dari 278 mg/dL menjadi 231 mg/dL, sebesar 47 mg/dL. Disarankan untuk menerapkan teknik relaksasi Benson sebagai alternatif untuk menurunkan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Mellitus.

Kata Kunci : Teknik Relaksasi Benson, Diabetes Mellitus, Kadar Glukosa Darah
Daftar Pustaka : 52 (2010-2024)

**FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
FINAL SCIENTIFIC WORK
December, 2024
Name : Agus Wisudawan, S.Kep
NIM : 2341312136**

**FAMILY NURSING CARE FOR TN.I WITH CASE OF TYPE II DIABETES
MELLITUS WITH APPLICATION BENSON RELAXATION TECHNIQUE
TO REDUCE BLOOD GLUCOSE LEVELS IN THE WORK AREA
OF PAUH COMMUNITY HEALTH CENTER
PADANG CITY**

ABSTRACT

Diabetes Mellitus is one of the dangerous diseases that occurs when blood glucose levels increase in a person which can cause complications in various organs of the body. Blood glucose levels can be controlled by the 5 pillar method, namely: education, medical nutrition therapy, physical exercise, pharmacological therapy and routine control of blood glucose levels. One of the physical exercises that can lower blood glucose levels is the Benson relaxation technique. The Benson relaxation technique is useful for lowering blood glucose levels in DM clients. The purpose of this report is to describe the Family Nursing Care of Mr. I with a case of Diabetes Mellitus using the application of the Benson relaxation technique. This writing method is by using a case study. The nursing diagnosis found is ineffective family health management b.d complexity of the care/treatment program d.d the client and family expressed not understanding the health problems suffered, expressed difficulty in carrying out the prescribed care, symptoms of family members' illnesses are getting worse, family activities to overcome health problems are inappropriate, and failed to take action to reduce risk, when the blood sugar level was checked Mr. I was 278 mg / dL, Mr. I said he rarely does sports and activities regularly. The nursing interventions provided were family coping support and family support in planning care. The results of the implementation showed a decrease in Mr. I's blood glucose levels, namely from 278 mg/dL to 231 mg/dL, by 47 mg/dL. It is recommended to apply the Benson relaxation technique as an alternative to lowering blood glucose levels in patients with Diabetes Mellitus.

Keywords : Benson Relaxation Technique, Diabetes Mellitus, Blood Glucose Levels

Bibliography : 52 (2010-2024)