

KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA NY. S DENGAN DIABETES
MELLITUS MELALUI TERAPI *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION*
UNTUK MENURUNKAN KADAR GLUKOSA DARAH DI KELURAHAN
ULAK KARANG SELATAN KOTA PADANG**

Penelitian Keperawatan Keluarga



ALFITRI SATRIANI, S.Kep

NIM. 2541312150

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

2026

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
KARYA ILMIAH AKHIR
JUNI, 2026**

**NAMA : Alfitri Satriani, S.Kep
NIM : 2541312150**

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA NY. S DENGAN DIABETES
MELITUS MELALUI TERAPI PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION
UNTUK MENURUNKAN KADAR GLUKOSA DARAH DI KELURAHAN
ULAK KARANG SELATAN KOTA PADANG**

ABSTRAK

Diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit kronis yang memerlukan pengelolaan jangka panjang oleh pasien dan keluarga. Rendahnya kemampuan keluarga dalam mengelola penyakit dan menerapkan terapi nonfarmakologis menyebabkan kadar glukosa darah sulit terkontrol. Salah satu intervensi non farmakologis yang dapat dilakukan untuk mengendalikan kadar glukosa darah yaitu PMR. Oleh karena itu, asuhan keperawatan keluarga diperlukan untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam mendukung pengelolaan diabetes secara mandiri. Tujuan laporan ini adalah mengaplikasikan asuhan keperawatan keluarga pada Ny. S (56 tahun) melalui terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) untuk meningkatkan manajemen kesehatan keluarga dan kestabilan kadar glukosa darah di RW 02 Kelurahan Ulak Karang Selatan, Kota Padang. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan keluarga. Intervensi meliputi edukasi diabetes melitus dan terapi PMR selama 3 hari berturut-turut, 1x sehari selama 15–20 menit. Hasil menunjukkan penurunan kadar glukosa darah sewaktu dari 265 mg/dL menjadi 194 mg/dL, disertai peningkatan kemampuan keluarga dalam mengenali masalah kesehatan, mengambil keputusan, dan memberikan perawatan mandiri. Keluarga juga mampu melakukan terapi PMR secara mandiri dengan demonstrasi yang baik, sehingga luaran manajemen kesehatan keluarga dan kestabilan kadar glukosa darah meningkat, serta kedua diagnosis keperawatan dinyatakan teratasi. Puskesmas diharapkan mengintegrasikan edukasi terapi PMR sebagai intervensi nonfarmakologis dalam pelayanan keperawatan keluarga untuk mendukung pengendalian DM tipe 2.

Kata Kunci : Diabetes Melitus tipe 2, Kadar Glukosa Darah, Keluarga, *Progressive Muscle Relaxation* (PMR)

Daftar Pustaka : 67 (2010-2025)

**FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
FINAL SCIENTIFIC PAPER
JUNE, 2026**

**NAME : Alfitri Satriani, S.Kep
NIM : 2541312150**

***Family Nursing Care for Mrs. S with Diabetes Mellitus Using Progressive
Muscle Relaxation Therapy to Lower Blood Glucose Levels in Ulak Karang
Selatan Urban Village, Padang City***

ABSTRACT

Type 2 diabetes mellitus is a chronic disease requiring long-term management by patients and their families. Limited family capacity to manage the disease and implement non-pharmacological therapies makes it difficult to control blood glucose levels. Progressive Muscle Relaxation (PMR) is one non-pharmacological intervention that can be used to manage blood glucose levels. Therefore, family nursing care is essential to enhance the family's ability to support independent diabetes management. This report aims to apply family nursing care for Mrs. S (56 years old) using Progressive Muscle Relaxation (PMR) therapy to improve family health management and blood glucose stability in RW 02, Ulak Karang Selatan Urban Village, Padang City. A case study method utilizing the family nursing process approach was employed. Interventions included diabetes mellitus education and PMR therapy administered once daily for 15–20 minutes over three consecutive days. Results showed a decrease in random blood glucose levels from 265 mg/dL to 194 mg/dL, accompanied by improved family capabilities in recognizing health issues, making decisions, and providing independent care. The family was also able to perform PMR therapy independently with proper technique; consequently, family health management and blood glucose stability improved, and both nursing diagnoses were resolved. It is recommended that the Community Health Center (Puskesmas) integrate PMR therapy education as a non-pharmacological intervention within family nursing services to support the control of type 2 diabetes mellitus.

**Keywords: Blood Glucose Levels, Family, Progressive Muscle Relaxation (PMR),
Type 2 Diabetes Mellitus,
References: 67 (2010–2025)**