

PENGARUH RELAKSASI OTOT TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI RSU. ROYAL PRIMA MEDAN

Jetni Simanjuntak¹, Ribka Kristina Harefa², Bakhtiar Teguh Bago³, Kristina L Silalahi*

Fakultas Keperawatan Dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia

Jl. Danau Singkarak, Gg. Madrasah, Sei Agul, Kec. Medan Barat, Kota Medan,
Sumatera Utara 20117, Indonesia

Email: jetnisimanjuntak20@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes Mellitus tipe 2 merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan kenaikan gula darah akibat penurunan sekresi insulin oleh sel beta pankreas. Beberapa dampak dari diabetes mellitus tipe 2 yaitu penyakit jantung serta kerusakan saraf atau neuropati. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh relaksasi otot terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di RSU. Royal Prima. Jenis penelitian ini menggunakan *one group pre-test* dan *post-test design* yaitu kelompok dimana subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi (Sugiyono, 2019). Metode pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Jumlah populasi sebanyak 61 dan jumlah sampel sebanyak 25 orang. Teknik pengumpulan data yaitu menggunakan lembar observasi. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test pre-test* dan *post-test* data dari KGD pre-test dengan nilai 3.606 sedangkan *p-value* sebesar 0,000. Dengan demikian nilai uji *p-value* lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) sehingga dapat kita artikan bahwa H_0 ditolak. Kesimpulannya terdapat pengaruh relaksasi otot terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di RSU. Royal Prima Tahun 2022. Bagi penderita diabetes mellitus diharapkan mampu melakukan relaksasi otot dengan baik dan benar.

Kata Kunci: Diabetes Mellitus, Relaksasi Otot, Kadar Gula Darah

**THE EFFECT OF MUSCLE RELAXATION ON REDUCING BLOOD SUGAR
LEVELS IN TYPE 2 DIABETES MELLITUS PATIENTS IN RSU. ROYAL
PRIMA MEDAN**

Jetni Simanjuntak¹, Rebekah Kristina Harefa², Bakhtiar Teguh Bago³, Kristina L Silalahi*

Faculty of nursing and midwifery Prima Indonesia University

Jl. Danau Singkarak, Gg. Madrasah, Sei Agul, Kec. Medan Barat, Kota Medan,
Sumatera Utara 20117, Indonesia

Email: jetnisimanjuntak20@gmail.com

ABSTRACT

Type 2 diabetes mellitus is a disease characterized by an increase in blood sugar due to a decrease in insulin secretion by pancreatic beta cells. Some of the effects of type 2 diabetes mellitus are heart disease and nerve damage or neuropathy. The purpose of this study was to determine the effect of muscle relaxation on reducing blood sugar levels in patients with type 2 diabetes mellitus at the RSU. Royal Prima. This type of research uses a one-group pre-test and post-test design, namely a group where the subject is observed before the intervention (Sugiyono, 2019). The sampling method used purposive sampling. The total population is 61 and the number of samples is 25 people. The data collection technique is using an observation sheet. The results of the Wilcoxon Signed Rank Test pre-test and post-test data from KGD pre-test with a value of 3.606 while the p-value is 0.000. Thus the test value of p-value is smaller than 0.05 ($0.000 < 0.05$) so we can mean that H_0 is rejected. In conclusion, there is an effect of muscle relaxation on reducing blood sugar levels in type 2 diabetes mellitus patients at the RSU. Royal Prima in 2022. Patients with diabetes mellitus are expected to be able to do muscle relaxation properly and correctly.

Keywords: *Diabetes Mellitus, Muscle Relaxation, Blood Sugar Level*