

PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS PANCORAN MAS DEPOK

Wina Rizky Arfi Insani

Abstrak

Diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit kronis ditandai dengan hiperglikemia akibat ketidakmampuan tubuh melakukan metabolisme karbohidrat, lemak, protein. Diabetes melitus tipe 2 dapat dikontrol dengan terapi nonfarmakologis salah satunya relaksasi autogenik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi relaksasi autogenik terhadap kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Pancoran Mas Depok. Penelitian ini menggunakan desain Quasi Experiment dengan rancangan Pretest dan Posttest n on equivalent control group. Dalam pengumpulan sampel peneliti menggunakan metode purposive sampling sebanyak 26 responden. Berdasarkan uji parametric T-test pada kelompok intervensi menunjukkan nilai yang signifikan antara pre-post sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Sedangkan pada kelompok kontrol menunjukkan nilai yang tidak signifikan pada pre-post sebesar 0,570 ($p > 0,05$). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh terhadap kadar gula darah dan perbedaan yang bermakna sebelum dan sesudah pemberian relaksasi autogenik. Peneliti menyarankan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan bagi dunia keperawatan dan dapat digunakan sebagai pengobatan nonfarmakologi bagi penderita diabetes melitus tipe 2.

Kata Kunci: Relaksasi Autogenik, Kadar Gula Darah, Diabetes Melitus Tipe 2

EFFECT OF AUTOGENIC RELAXATION ON BLOOD SUGAR LEVELS IN TYPE 2 DIABETES MELITUS PATIENTS IN PUSKESMAS PANCORAN MAS DEPOK

Wina Rizky Arfi Insani

Abstract

Type 2 diabetes mellitus is a chronic disease characterized by hyperglycemia due to the inability of the body to metabolize carbohydrates, fats, proteins. Type 2 diabetes mellitus can be controlled by non-pharmacological therapy, one of which is autogenic relaxation. The purpose of this study was to determine the effect of autogenic relaxation therapy on blood sugar levels in patients with type 2 diabetes mellitus at the Puskesmas Pancoran Mas Depok. This study used the Quasi Experiment design with Pretest and Posttest non equivalent control group designs. In collecting samples, researchers used a purposive sampling method of 26 respondents. Based on the parametric test the T-test in the intervention group showed a significant value between the pre-post of 0,000 ($p < 0.05$). Whereas in the control group showed a value that was not significant at the pre-post of 0.570 ($p > 0.05$). The results of this study indicate that there is an influence on blood sugar levels and significant differences before and after giving autogenic relaxation. The researcher suggests the results of this study can be used as input for the world of nursing and can be used as a non-pharmacological treatment for people with type 2 diabetes mellitus.

Keywords: Autogenic Relaxation, Blood Sugar Level, Type 2 Diabetes Mellitus