

ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DENGAN PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON DALAM MENURUNKAN KADAR GULA DARAH

Syifa Salsabila Rahmah

Abstrak

Pendahuluan: Diabetes adalah penyakit metabolik yang ditandai dengan hiperglikemia karena gangguan sekresi dan kerja insulin. Terapi banyak dikembangkan, salah satunya relaksasi benson, yang memadukan faktor keyakinan. Mekanisme relaksasi benson dalam menurunkan kadar gula darah melalui penurunan stres fisik dan psikis sehingga menurunkan hormon epinefrin, kortisol, glukagon, dan tiroid. **Metode:** Studi ini bersifat deskriptif dengan pendekatan *single case study*, menggunakan metode *purposive sampling*. Kriteria inklusi pasien diabetes melitus tipe 2, hiperglikemia, kesadaran compos mentis, belum mengetahui terapi relaksasi benson, dan bersedia menjadi responden. **Hasil:** Pengkajian didapatkan pasien lemas badan bagian kanan terutama tangan dan kaki, sampai terasa kesemutan tiba-tiba, dan tidak bisa mengepalkan tangan dengan kuat. Diagnosis yang muncul adalah ketidakstabilan kadar glukosa darah, gangguan pola tidur, dan risiko ketidakseimbangan elektrolit. Rencana tindakan yaitu manajemen hiperglikemia, dukungan tidur, dan pemantauan elektrolit. Implementasi sesuai dengan intervensi yang difokuskan pada relaksasi benson selama 3x24 jam. Evaluasi manajemen hiperglikemia teratasi di hari ke-3, dukungan tidur di hari ke-2, dan pemantauan elektrolit di hari ke-2. **Kesimpulan:** Penerapan terapi relaksasi benson dalam menurunkan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 teratasi.

Kata Kunci: Diabetes Melitus, Gula Darah, Hiperglikemia, Relaksasi Benson, Studi Kasus.

NURSING CARE FOR PATIENT WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS WITH THE APPLICATION OF BENSON RELAXATION THERAPY IN THE LOWERING OF BLOOD SUGAR LEVELS

Syifa Salsabila Rahmah

Abstract

Introduction: Diabetes is a metabolic disease characterized by hyperglycemia due to impaired insulin secretion and action. Many therapies are developed, one of which is benson relaxation, with integrates faith factors. The mechanism of benson relaxation in reducing blood sugar levels through a decrease in physical and psychological stress so as to reduce epinephrine, cortisol, glucagon, and thyroid hormones. **Methods:** This study is descriptive with a single case study approach, using purposive sampling method. Inclusion criteria for patients with type 2 diabetes mellitus, hyperglycemia, composmentis consciousness, never know benson relaxation therapy, and willing to become respondent. **Results:** Assessment found that the patient was weak in the right side of the body, especially the hands and feet, until he felt a sudden tingling sensation, and could not clench his hands firmly. The diagnosis that emerged was instability of blood glucose levels, disturbance of sleep patterns, and risk of electrolyte imbalance. The action plan is hyperglycemia management, sleep support, and electrolyte monitoring. Implementation in accordance with the intervention focused on benson relaxation for 3x24 hours. Evaluation of hyperglycemia management resolved on day-3 and sleep support on day-2. **Conclusion:** The application of benson relaxation therapy in reducing blood glucose levels in patients with type 2 diabetes mellitus is resolved.

Keyword: Benson Relaxation, Blood Sugar, Case Study, Diabetes Mellitus, Hyperglycemia.