Program Studi D3 Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Kusuma Husada Surakarta
2020

ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN NITRISI

Dandi Roy Setyawan, Wahyuningsih Safitri

[1]Mahasiswa Program Studi D3 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta
Dandiroy.setyawan@gmail.com
[2]Dosen Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

Abstrak

Diabetes Mellitus merupakan penyakit kronik yang terjadi akibat pankreas tidak mampu memproduksi cukup insulin ketika tubuh tidak dapat secara efektif menggunakan insulin yang dihasilkan tubuh. Upaya untuk memulihkan kadar glukosa darah dalam tubuh yaitu dengan pemberian terapi progressive muscle relaxation (PMR). Tujuan studi kasus ini adalah untuk mengetahui gambaran asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi. Jenis penelitian ini menggunakan metode pendekatan studi kasus. Subjek studi kasus ini adalah satu orang pasien dengan kadar glukosa darah tinggi (*hiperglikemia*) di ruang IGD dengan diberikan terapi Progressive Muscle Relaxation (PMR) 2x dengan lama waktu 25-30 menit. Hasil studi menunjukan bahwa pengelolaan asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi dengan glukosa darah tinggi (*Hiperglikemia*) yang dilakukan didapatkan hasil terjadi penurunan kadar glukosa darah rekomendasi tindakan terapi progressive muscle relaxation (PMR) dengan kadar glukosa darah tinggi.

Kata kunci: Diabetes Mellitus, PMR, Hiperglikemia.

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus merupakan penyakit kronik yang terjadi akibat pankreas tidak mampu memproduksi cukup insulin atau ketika tubuh tidak dapat secara efektif menggunakan insulin yang dihasilkan tubuh, insulin merupakan hormon yang dapat mengatur gula darah. Menurut *world health organization* (WHO)

Prevalensi penyakit diabetes mellitus tipe 2 banyak terjadi di negara berkembang yang menunjukkan jumlah 425 juta. Indonesia mengalami peningkatan yaitu 8,5% pada tahun 2018 menjadi 10,5% dari jumlah penduduk yang kurang lebih berusia 15 tahun daerah yang prevalensi tertinggi adalah jawa tengah 2,1%. Menurut Riskesdas

Faktor yang dapat menyebabkan terjadinya diabetes meliputi yaitu keturunan, usia, gaya hidup yang tidak sehat, pola makan yang tidak tepat, kurangnya aktifitas yang rendah juga dapat menjadi faktor tidak terkontrolnya kadar glukosa darah serta penyakit degeneratif. Salah satu aktivitas fisik yang bisa dilakukan dengan relaksasi merupakan intervensi yang dapat dilakukan pada penderita diabetes (Herlambang, 2019)

Terdapat efek samping dari terapi farmakologi, mendorong para ilmuan kesehatan untuk menggunakan terapi non farmakologi untuk mengatasi penyakit atau keluhan tersebut, termasuk menurunkan kadar glukosa darah dalam rentang normal. Selaain efek obat juga membutuhkan biaya yang cukup mahal.

Progressive muscle relaxation (PMR) merupakan teknik mengendurkan otot-otot dengan ketegangan otot seluruh tubuh. Pada penatalaksaan PMR mengarahkan pada perhatian pasien dalam membedakan perasaan yang dialami kelompok otot pada saat dilemaskan/relaksasi dengan kondisi saat tegang/kontraksi, dengan demikian pasien diharapkan mampu mengelola kondisi tubuh.

Menurut herlambang tahun 2019 PMR dapat memunculkan kondisi rileks. Pada kondisi ini terjadi perubahan impuls saraf pada jalur aferen ke otak dimana aktivitas perubahan impuls saraf ini menyebabkan perasaan tenang baik fisik maupun mental seperti berkurangnya denyut jantung, menurunkan kecepatan metabolisme tubuh keadaan ini dapat menghambat proses glukoneogenesis dan meningkatkan pemakaian glukosa oleh sel, sehingga kadar glukosa darah yang tinggi akan menurun dan kembali dalam batas normal.

METODE

Rancangan studi kasus ini menggunakan lembar observasi dan melakukan pengukuran glukosa darah sebelum tindakan dan sesudah tindakan. Sebelum dilakukan tindakan subjek dilakukan pengukuran awal untuk mengetahui kadar glukosa dalam darah. Kemudian dilakukan intervensi Progressive Muscle Relaxation (PMR) dilakukan 2x selama 25-30 menit setelah itu dilakukan pengukuran kembali kadar glukosa dalam darah. Pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara, observasi, pemeriksaan fisik serta studi dokumentasi.

HASIL

Studi kasus tersebut dilakukan 1 orang sebagai subjek studi kasus yaitu sesuai dengan kriteria yang sudah ditetapkan. Subjek Ny. S berusia 80 tahun, beragama islam, dengan pendidikan terakhir SMP, pekerjaan ibu rumah tangga, alamat karanganyar, jawa tengah.

Ny.S mengatakan BAK sering 5x/malam hari, pasien mengatakan mual dan muntah 1x berupa cairan bening, pasien mengatakan lelah dan lesu

Tabel 4.1 hasil glukosa darah sebelum dan setelah dilakukan tindakan PMR

Hari/tgl/jam	Sebelum tindakan	Setelah tindakan
Rabu, 26 februaru 2020 10:30 wib	507 mg/dl	420 mg/dl

PEMBAHASAN

Berdasarkan intervensi yang telah ditetapkan penulis melakukan implementasi tindakan keperawatan selama 2x pemberian tindakan. Pada tanggal 26 februari 2020 penulis melakukan implementasi yaitu mengajarkan tata cara menurunkan kadar glukosa darah dengan memberikan terapi Progressive Muscle Relaxation (PMR) dilakukan 2x selama 25-35 menit.

Hal ini sesuai dengan penelitian herlambang, 2019 & tati, 2018 menunjukan pemberian progressive muscle relaxation pada pasien diabetes mellitus didapatkan hasil efektif dalam menurunkan kadar glukosa darah dan meningkatkan pemakaian glukosa darah diolah menjadi energi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus dan pembahasan mengenai terapi Progressive Muscle Relaxation terhadap pasien diabetes mellitus. Hasil studi menunjukkan bahwa pengelolaan asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi dengan masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah yang dilakukan tindakan keperawatan terapi Progressive Muscle Relaxation diberikan 2x selama 25-30 menit terjadi penurunan kadar glukosa darah dari 507 mg/dl menjadi 420 mg/dl. Rekomendasi tindakan terapi Progressive Muscle Relaxation efektif dilaukan pada pasien diabetes mellitus.

SARAN

Hasil studi ini dapat digunakan untuk pengembangan ilmu keperawatan mengenai intervensi non-farmakologi berupa Progressive Muscle Relaxation (PMR) untuk menurunkan kadar glukosa darah dalam rentang normal.

DAFTAR PUSTAKA

Akbar, Agung M Dkk. 2018. *Progressive Muscle Relaxation (PMR) Is Effective To Lower Blood Glucose Levels Of Patients With Type 2 Diabetes Mellitus.* Diakses Pada Tanggal 25 November 2019. Www.Jks.Fikes.Unsoed.Ac.Id

Herlambang, Ungkas Dkk, 2019. *Pengaruh Progressive Muscle Relaxation Terhadap Stres Dan Penurunan Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2*. Surabaya, Indonesia. Diakses Pada Tanggal 19 November 2019.

Https//E-Journal.Unair.Ac.Id/CMNSNJ.

Murni, Tati DKK, 2019. Pengaruh teknik relaksasi otot progresive terhadap penurunan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 dirumah sakit grandmed lubuk pakam.

Http://Www.Who.Int/News-Room/Fact-Sheet/Detail/Diabetes. Diakses Pada Tanggal 27 November 2019 Jam 22:30

LEMBAR KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH
PRODI D3 KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA

Nama Mahasiswa : Dandi Roy Setyawan
NIM : P17217
Judul KTI : Asuhan Keperawatan Pasien Diabetes Mellitus Dalam Pemenuhuan Kebutuhn Nutrisi

NO	HARI/TGL	MATERI	SARAN PEMBIMBING	NAMA & TTD PEMBIMBING
1.		Konsultasi ABSTRAK		

Surakarta, ...
Pembimbing

(.....)