

## TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP PENURUNAN NILAI KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS

Dewi Maharani Putri<sup>1</sup>, Muftadi<sup>2\*</sup>, Aty Nurillawaty Rahayu<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Fakultas Kesehatan dan Farmasi Universitas Bani Saleh

<b>Article Info</b>	<b>ABSTRAK</b>
<p><b>Article History:</b>            Received 14/03/2025            Revised -            Accepted 18/03/2025</p> <hr/> <p><b>Keywords:</b>            Diabetes Mellitus            Blood Sugar Levels            Benson Relaxation Therapy</p>	<p>Intervensi yang dapat dilakukan untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus ialah Terapi Relaksasi Benson. Terapi Relaksasi Benson adalah suatu Teknik Relaksasi dengan sistem keyakinan individu / <i>faith factor</i> (di fokuskan pada ungkapan tertentu berupa nama – nama tuhan atau keyakinan yang memiliki makna menenangkan bagi pasien itu sendiri). Tujuan: Penerapan Terapi ini untuk mengetahui bagaimana gambaran secara nyata studi kasus: implementasi terapi relaksasi benson terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus. Metodologi: Desain Studi Kasus yang disusun menggunakan metode deskriptif. Teknik pengumpulan data ini dengan hasil observasi dan dokumentasi asuhan keperawatan. Pendekatan pada studi kasus ini adalah penerapan metode terapi relaksasi benson terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus. Subyek: Subyek dalam Studi Kasus ini ada 5 klien dengan diabetes mellitus yang akan menjalani terapi relaksasi benson di wilayah kerja UPTD Puskesmas Bekasi Jaya. Hasil: Penerapan Terapi Relaksasi Benson ini menunjukkan bahwa sebelum dan sesudah melakukan terapi selama 5 hari terdapat penurunan kadar gula darah pada klien diabetes mellitus. Rekomendasi: bagi pasien diabetes mellitus dapat di lakukan penerapan terapi relaksasi benson secara mandiri untuk menurunkan nilai kadar gula darah.</p> <p><b>ABSTRACT</b></p> <p><i>One of the interventions that can be done to reduce blood sugar levels in patients with Diabetes Mellitus is Benson's Relaxation Therapy. Benson Relaxation Therapy is a relaxation technique with an individual belief system / faith factor (focused on certain expressions in the form of the names of gods or beliefs that have a calming meaning for the patient himself). Purpose: The application of this therapy is to find out how the real picture is case study: the implementation of Benson's relaxation therapy for lowering blood sugar levels in patients with diabetes mellitus. Methodology: Case study design compiled using descriptive method. This data collection technique is based on observations and documentation of nursing care. The approach to this case study is the application of the Benson relaxation therapy method to reducing blood sugar levels in patients with diabetes mellitus. Subject: The subjects in this case study are 5 clients with diabetes mellitus who will undergo benson relaxation therapy in the working area of the UPTD Puskesmas Bekasi Jaya. Results: The application of this Benson Relaxation Therapy shows that before and after doing therapy for 5 days there is a decrease in blood sugar levels in clients with diabetes mellitus. Recommendation: for patients with diabetes mellitus, the application of benson relaxation therapy can be carried out independently to reduce the value of blood sugar levels.</i></p>

---

*\*Corresponding Author: muftadmuftadi74@gmail.com*

---