

PENGGUNAAN METODE RELAKSASI AUTOGENIK UNTUK PENURUNAN KADAR GLUKOSA DARAH

Sulistina, Irma Mustika Sari, S.Kep.,Ns.,M.Kep, Norman Wijaya Gati,
S.Kep.,Ns., M.Kep., Sp.Kep. J
sulisme12345@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang; *International Diabetes Federation* (IDF) menyebutkan bahwa penyakit diabetes telah menghabiskan 673 miliar dolar Amerika di tahun 2015. *World Health Organization* (WHO) menyebutkan separuh diabetes dewasa di dunia di 5 negara, yaitu China, India, Amerika Serikat, Brazil, dan Indonesia. **Tujuan;** Tujuan dari pembuatan *Booklet* ini adalah menjelaskan penggunaan metode relaksasi autogenik untuk penurunan kadar glukosa darah. Dengan media yang dibuat ini diharapkan dapat digunakan sebagai media edukasi atau pendidikan kesehatan pada masyarakat terutama pada penderita diabetes melitus tipe II supaya dapat mengetahui serta menerapkan metode relaksasi autogenik untuk penurunan kadar glukosa darah. **Metode;** metode yang digunakan adalah dengan menggunakan media KIE yaitu booklet diharapkan mampu dijadikan sumber informasi tentang penggunaan metode relaksasi autogenik untuk penurunan kadar glukosa darah untuk meningkatkan pengetahuan. **Hasil;** Booklet akan di HKI kan di Universitas 'Aisyiyah Surakarta dan khususnya kepada masyarakat dengan diabetes melitus tipe II sehingga dapat mengetahui dan menerapkan metode relaksasi autogenik untuk penurunan kadar glukosa darah. **Kesimpulan;** Sebagai media pendidikan kesehatan dan media edukasi bagi masyarakat dan khalayak umum khususnya pada penderita diabetes melitus tipe II untuk meningkatkan pengetahuan tentang prosedur tindakan relaksasi autogenik untuk penurunan kadar glukosa darah

Kata Kunci : Diabetes Melitus, Relaksasi Autogenik, Booklet