

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK DAN BERDZIKIR
PADA PASIEN DIABETES MELITUS DENGAN ANSIETAS
DI RUMAH SAKIT MUHAMMADIYAH PALEMBANG
TAHUN 2023



Oleh:

YUSMIYANA
NIM : 201440101035

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
PALEMBANG PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
TAHUN AKADEMIK 2022-2023

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK DAN BERDZIKIR
PADA PASIEN DIABETES MELITUS DENGAN ANSIETAS
DI RUMAH SAKIT MUHAMMADIYAH PALEMBANG
TAHUN 2023



Oleh:

YUSMIYANA
NIM : 201440101035

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
PALEMBANG PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
TAHUN AKADEMIK 2022-2023

HALAMAN PERSETUJUAN

Diterima dan disetujui untuk Ujian Karya Tulis Ilmiah (Studi Kasus)

Yang berjudul :

**Penerapan Relaksasi Autogenik Dan Berdzikir Pada Pasien Diabetes
Mellitus Dengan Ansietas Di Rumah Sakit Muhammadiyah
Palembang Tahun 2023**

Pembimbing Utama

Ns. Neng Annis Fathia, M. Kep.
NIP. 2017. 11. 070



Pembimbing Pendamping

Ns. Widya Arisandy, S. Kep. M. Kes.
NIP. 2009. 04. 017



Mengetahui

Ketua STIKES Muhammadiyah Palembang



Khoirul, SKM, M. Kes.
NIP. 2000. 12. 14

HALAMAN PERSETUJUAN

Diterima dan disetujui untuk Ujian Karya Tulis Ilmiah (Studi Kasus)
Yang berjudul :

**Penerapan Relaksasi Autogenik Dan Berdzikir Pada Pasien Diabetes
Mellitus Dengan Ansietas Di Rumah Sakit Muhammadiyah
Palembang Tahun 2023**

Pembimbing Utama

Ns. Neng Annis Fathia, M. Kep.
NIP. 2017. 11. 070



Pembimbing Pendamping

Ns. Widya Arisandy, S. Kep. M. Kes
NIP. 2009. 04. 017



Mengetahui

Ketua Prodi DIII Keperawatan



Ns. Neng Annis Fathia M. Kep
NIP. 2017. 11. 070

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Dipertahankan Karya Tulis Imiah (Studi Kasus)
Penerapan Relaksasi Autogenik Dan Berdzikir Pada Pasien Diabetes
Melitus Dengan Ansietas Di Rumah Sakit Muhammadiyah
Palembang Tahun 2023

Disusun oleh :

Yusmiana

NIM. 201440101035

Dihadapan Dewan Penguji Ujian KTI Studi Kasus

Program Studi DIII Keperawatan

STIKES 'Aisyiyah Palembang

Pada Hari/Tanggal: Selasa, 29 Mei 2023

Ketua Penguji

Ns. Sunarmi, M. Kep, M. Kes

NIP. 2015. 04. 058

()

Anggota Penguji I

Ns. Neng Annis Fathia M. Kep

NIP. 2017. 11. 070

()

Anggota Penguji II

Ns. Widya Arisandy, S. Kep, M. Kes

NIP. 2009. 04. 017

()

Mengetahui

Ketua STIKES 'Aisyiyah Palembang

Khoirin, SKM, M. Kes

NIK. 2000. 12. 14



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN' STIKES AINYIYAH PALEMBANG
PRODI DIII KEPERAWATAN

Karya Tulis Ilmiah, 29 Mei 2023

Yusmiyana

**Penerapan Relaksasi Autogenik Dan Berdzikir Pada Pasien Diabetes Melitus
Dengan Ansietas di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang Tahun 2023**

Xix+ 101 Halaman + 24 Tabel + 2 Gambar + Bagan 2 + Skema 2 + 17 Lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang : Pasien diabetes melitus sering mengalami gangguan kecemasan sehingga dapat memperburuk kualitas hidup pasien diabetes melitus sehingga dapat menyebabkan proses penyembuhan menjadi lebih lama. Salah satu tindakan non farmakologi untuk mengurangi kecemasan adalah Penerapan Relaksasi Autogenik dan Berdzikir. **Tujuan :** Diketuainya penerapan relaksasi autogenik dan berdzikir pada pasien diabetes melitus untuk menurunkan ansietas. **Metode :** Desain yang digunakan adalah deskriptif analitis dengan pendekatan studi kasus. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 2 orang. Penelitian dilakukan di Ruang Ahmad Dahlan Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang pada tanggal 5-8 April 2023, instrumen yang digunakan dalam kecemasan adalah HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Data dikumpulkan dengan cara observasi, wawancara, pemeriksaan dan studi dokumentasi. Analisa data membandingkan antara teori dengan data yang ditemukan pada pasien. **Hasil :** Didapatkan hasil responden mengalami kecemasan. Sebelum dilakukan penerapan relaksasi autogenik dan berdzikir pada pasien 1 Skala kecemasan 20 (sedang) dan pada pasien 2 skala kecemasan 12 (ringan) skala kecemasan hari pertama, setelah 3 hari dilakukan pada pasien 1 didapatkan hasil kecemasan 6 (pasien tidak cemas) dan pada pasien 2 hasil kecemasan 5 (pasien tidak cemas) **Saran :** Penerapan Relaksasi Autogenik dan Berdzikir akan lebih maksimal untuk mengurangi kecemasan jika di lakukan secara kotinue.

Kata kunci: Relaksasi autogenik dan berdzikir, Diabetes Melitus, Kecemasan

Daftar pustaka: 13 (2017-2018)

SEKOLAH TINGGI ILMU AISYIAH PALEMBANG DIPLOMA OF NURSING PROGRAM.

Scientific Writing, 29 May 2023

Yusmiyana

Application of Autogenic Relaxation and Dhikr in Diabetes Mellitus Patients with Anxiety at Palembang Muhammadiyah Hospital in 2023

Xix+ 101 Pages + 24 Tabels + 2 ficture + 2 chart + 2 Schematics + 17

Attachments

ABSTRACT

Background: Patients with diabetes mellitus often experience anxiety disorders which can worsen the quality of life of patients with diabetes mellitus so that the healing process can take longer. One of the non-pharmacological measures to reduce anxiety is the Application of Autogenic Relaxation and Dhikr. **Objective :** To know the application of autogenic relaxation and dhikr in diabetes mellitus patients to reduce anxiety. **Method :** The design used is descriptive-analytic with a case study approach. The sample used in this study amounted to 2 people. The research was conducted in the Ahmad Dahlan Room, Muhammadiyah Palembang Hospital on April 5-8 2023, the instrument used for anxiety was HARS (*Hamilton Anxiety RatingScale*). Data were collected by means of observation, interviews, examinations and documentation studies. Data analysis compared theory with data found on patients. **Results:** Obtained results of respondents experiencing anxiety. Before the implementation of autogenic relaxation and dhikr in patient 1 anxiety scale 20 (moderate) and in patient 2 anxiety scale 12 (mild) anxiety scale on the first day, after 3 days it was carried out in patient 1 the result was anxiety 6 (patient not anxious) and in patient 2 result of anxiety 5 (patients are not anxious) **Suggestion:** Application of Autogenic Relaxation and Dhikr will be maximal to reduce anxiety if it is done continuously.

Keywords: Autogenic relaxation and dhikr, Diabetes Mellitus, Anxiety

Daftar pustaka: 13 (2017-2018)

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUNG.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vi
SURAT PERNYATAAN.....	vii
HALAMAN PERNYATAAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	xi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	x
ABSTRAK.....	xiv
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR BAGAN.....	xviii
DAFTAR SKEMA.....	xix

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Diabetes Miletus.....	7
1. Pengertian Diabetes.....	7
2. Anatomi Fisiologi.....	7
3. Etiologi.....	8
4. Tanda dan Gejala.....	10
5. Patofisiologi.....	10
6. Komplikasi.....	13
7. Klasifikasi.....	14
8. Pemeriksaan diagnostik.....	15
9. Penatalaksanaan.....	16
B. Konsep Dasar Ansietas.....	17
1. Pengertian Ansietas.....	17
2. Penyebab Ansietas.....	17
3. Tingkat kecemasan.....	18
C. Konsep Dasar Relaksasi Autogenik.....	20
1. Pengertian relaksasi autogenik.....	20
2. Tujuan relaksasi autogenis.....	21
3. manfaat teknik relaksasi autogenik.....	22

4. langkah-langkah teknik relaksasi autogenik.....	22
D. Konsep Dasar Berdzikir.....	26
1. Pengertian Berdzikir.....	26
2. Bentuk-bentuk Berdzikir.....	26
3. Manfaat Berdzikir.....	27
E. Konsep Dasar Keperawatan.....	27
1. Pengkajian.....	27
2. Diagnosa keperawatan.....	31
3. Perencanaan keperawatan.....	32
4. Implementasi keperawatan.....	34
5. Evaluasi keperawatan.....	38
F. Penelitian terdahulu.....	39
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan/ desain penelitian.....	42
B. Kerangka konsep.....	42
C. Definisi operasional.....	43
D. Subjek penelitian.....	44
E. Lokasi dan waktu penelitian.....	44
F. Prosedur penelitian.....	45
G. Fokus studi kasus.....	46
H. Teknik pengumpulan data.....	46
I. Instrumen pengumpulan data.....	47
J. Keabsahan data.....	47
K. Etika studi kasus.....	48
L. Analisa data.....	50
 BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Gambaran Umum Lokasi Studi Kasus	51
B. Hasil Studi Kasus	52
1. Pengkajian	52
2. Diagnosa	68
3. Intervensi	70
4. Implementasi evaluasi	74
C. Pembahasan.....	91
D. Keterbatasan studi kasus.....	97
 BAB V PENUTUP	
A. Simpulan.....	97
B. Saran.....	98
 DAFTAR PUSTAKA.....	99
LAMPIRAN.....	101

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah peneliti memberikan tindakan keperawatan pada Ny. Y pada pasien diabetes melitus dengan ansietas di Ruang Ahmad Dahlan Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang selama 3 hari dari tanggal 5-7 April 2023 dan pasien Ny. J pada pasien diabetes melitus dengan Ansietas di Ruang Ahmad Dahlan Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang selama 3 hari dari tanggal 6-8 april 2023 dan maka peneliti menyimpulkan bahwa :

1. Pengkajian

Berdasarkan pengkajian yang dilakukan pada pasien 1 yaitu Ny. y pada tanggal 5 April 2023 pukul 13.00 didapatkan Tanda-tanda vital dengan TD: 130/90 mmHg, Nadi 90 x/menit, RR 22 x/menit, Suhu 36,0 °C GDS 400 mg/dl. Sedangkan pada pasien 2 Ny. J pada tanggal 6 April 2023 pada pukul 13.00 didapatkan TD: 159/80 mmHg, Nadi 80 x/menit, RR 22 x/menit, Suhu 36,5 °C, GDS 242 MG/DL .

2. Diagnosa keperawatan

Diagnosa yang timbul pada pasien 1 Ny. Y dan 2 Ny. J yaitu : ansietas berhubungan dengan krisis situasional.

3. Intervensi

Intervensi yang dilakukan peneliti adalah penerapan relaksasi autogenik dan berdzikir pada pasien diabetes melitus dengan ansietas

4. Implementasi

Implementasi yang dilakukan adalah penerapan relaksasi autogenik dan berdzikir yang dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan setiap pertemuan selama 1 jam.

5. Evaluasi

Setelah dilakukan penelitian selama 3 hari sebanyak 6 kali intervensi terjadi

- pasien 1 kecemasan berkurang dari 20 (kecemasan sedang) berkurang ke 6 (tidak ada kecemasan). Sedangkan pada pasien 2 kecemasan 12 (kecemasan ringan) berkurang ke 5 (tidak ada kecemasan).
6. Penerapan relaksasi autogenik dan berdzikir efektif untuk menurunkan kecemasan pada pasien diabetes melitus .

B. Saran

1. Bagi peneliti selanjutnya

Agar pemberian penerapan relaksasi autogenik dan berdzikir pada pasien diabetes melitus dengan ansietas dapat optimal maka perlu dilakukan pengkajian secara komprehensif dari semua sistem tubuh mulai dari rentang usia yang sama, pendidikan yang sama, kecemasan yang sama, pemeriksaan fisik alat sesuai dengan yang dibutuhkan dan pemeriksaan penunjang.

2. Bagi Rumah Sakit

Penelitian ini diharapkan oleh tenaga kesehatan dalam memberikan asuhan keperawatan kesehatan terkait penerapan relaksasi autogenik dan berdzikir pada pasien diabetes melitus dengan ansietas.

3. Bagi institusi

Penelitian ini dapat untuk meningkatkan ilmu pengetahuan tentang keperawatan medikal bedah dalam penerapan relaksasi autogenik dan berdzikir pada pasien diabetes melitus dengan ansietas dapat dilakukan sesuai dengan prosedur yang telah dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Safitri, S., Nashori, F., & Sulistyarini, I. (2017). Efektivitas Relaksasi Zikir untuk Menurunkan Tingkat Stres pada Remaja Diabetes Melitus Tipe II. *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)*. [https://scholar.google.com/scholar?diakses=27 Febuari 2023](https://scholar.google.com/scholar?diakses=27%20Febuari%202023) Pukul 20.00 wib
- Derek, M. I. Rottie, J. & Kallo, V. (2017). Hubungan Tingkat Stres dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Rumah Sakit Pancaran Kasih GMIM Manado. *Jurnal Keperawatan*, [https://scholar.google.com/scholar?diakses=27 Febuari 2023](https://scholar.google.com/scholar?diakses=27%20Febuari%202023) Pukul 21.00 wib
- Hayati, Y. N., & Sugiyanto, E. P. (2019). Penerapan Relaksasi Autogenik untuk Mengurangi Kecemasan pada Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*. [https://scholar.google.com/scholar?diakses=27 Febuari 2023](https://scholar.google.com/scholar?diakses=27%20Febuari%202023) Pukul 22.00 wib
- Rivalsyah, M., & Ashori, A. (2022). Penerapan Asuhan Keperawatan Psikososial Dengan Masalah Ansietas Pada Penderita Diabetes Melitus: Studi Kasus. [https://scholar.google.com/scholar?diakses=27 febuari 2023](https://scholar.google.com/scholar?diakses=27%20febuari%202023) Pukul 22.30 wib
- Sifaal Diana Sofiyanti Eviningrum (2020). Manajemen Ansietas pada Pasien Diabetes Melitus <http://eprintslib.ummg.ac.id/2399/1/17>. diakses 01 Maret 2023 Pukul 14.00 wib
- Bupits, Natalia Clemesia (2022). Asuhan Keperawatan pada Ny. N dengan Diabetes Melitus Tipe II di Rumah Sakit Umum daerah kota makassar <http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/22007/> diakses 01 Maret 2023 Pukul 14.30 wib
- Felisitas Non Malo (2021) Asuhan Keperawatan pada Ny. E. K dengan Diagnosa Medis Diabetes Melitus di Ruang Mawar Rs Bhayangkari. <http://repository.poltekkeskupang.ac.id/3241/> diakses 01 Maret 2023 Pukul 15.00 wib

- Avigusta Pramuditya, Ronald (2020) Studi Literatul Asuhan Keperawatan Pada Dewasa Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Dengan Masalah Keperawatan Defisien Pengetahuan Tentang Penyakit Diabetes <http://eprints.umpo.ac.id/6179/> diakses 01 Maret 2023 Pukul 15.30 wib
- Nurkamalia, Ferrina Yasmine (2022) Asuhan Keperawatan Pada Ny. E dengan Diabetes Melitus Ganggren di Ruang Baitussalam 2 Dirumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang .<http://repository.unissula.ac.id/26189/1/> diakses 01 Maret Pukul 2023 20.00 wib
- LS Lase (2022) Asuhan Keperawatan Psikososial pada Ny. E dengan Masalah Kecemasan <https://osf.io/gc4ax/download> diakses 02 Maret 2023 Pukul 20.00 wib
- AW Romadhoni (2019) Penggunaan Teknik Relaksasi Autogenik terhadap Pengurangan Nyeri pada Pasien Post <http://eprintslib.ummgl.ac.id/708/1/16.0601.0093> diakses 02 Maret 2023 Pukul 21.00 wib
- Nopa Three sartini (2021) Dzikir Sebagai Psikoterapi Islam dalam Mengatasi Kecemasan <http://repository.iainbengkulu.ac.id/6581/> diakses 02 Maret 2023 Pukul 21.30 wib
- Tim pokja SDKI,SLKI,SIKI Dpp PPNI (2017),Edisi 1 Cetakan III, Jakarta, Persatuan Perawat Nasional I