

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN RELAKSASI NAPAS DALAM DAN BERDZIKIR DALAM
MENURUNKAN ANSIETAS PADA PASIEN DIABETES MELITUS
DI RUANG AHMAD DAHLAN RUMAH SAKIT
MUSAMMADIYAH PALEMBANG
TAHUN 2022**



Disusun Oleh :

**NURUL FARHANA
191440101008**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH PALEMBANG
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

**PENERAPAN RELAKSASI NAPAS DALAM DAN BERDZIKIR DALAM
MENURUNKAN ANSIETAS PADA PASIEN DIABETES MELITUS
DI RUANG AHMAD DAHLAN RUMAH SAKIT
MUHAMMADIYAH PALEMBANG
TAHUN 2022**

**Karya Tulis Ini Diajukan Sebagai
Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
AHLI MADYA KEPERAWATAN (A.Md.Kep)**



Disusun Oleh :

**NURUL FARHANA
191440101008**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH PALEMBANG
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

HALAMAN PERSETUJUAN

Diterima dan disetujui untuk Ujian Karya Tulis Ilmiah Studi kasus yang berjudul:

PENERAPAN RELAKSASI NAPAS DALAM DAN BERDZIKIR DALAM MENURUNKAN ANSIETAS PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI RUANG AHMAD DAHLAN RUMAH SAKIT MUHAMMADIYAH PALEMBANG TAHUN 2022

I. Pembimbing Utama

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

()

II. Pembimbing Pendamping

Khoirin, SKM, M.Kes
NIK. 2000. 12. 014

()

Mengetahui,
Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan
STIKES 'Aisyiyah Palembang



Ns. Neng Annis Fathia, M.Kep
NIK. 2017.11.70

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
PALEMBANG PRODI DIII KEPERAWATAN

Karya Tulis Ilmiah, 08 Juni 2022

Nurul Farhana

**Penerapan Relaksasi Napas Dalam dan Berdzikir Dalam Menurunkan
Ansietas Pada Pasien Diabetes Melitus Di Ruang Ahmad Dahlan Rumah
Sakit Muhammadiyah Palembang Tahun 2022.**

xix + 74 Halaman + 10 Tabel + 1 Gambar + 2 Skema + 5 Lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang : Pasien diabetes melitus sering mengalami gangguan kecemasan sehingga dapat memperburuk kualitas hidup pasien Diabetes Melitus. Salah satu tindakan non farmakologi untuk mengurangi kecemasan adalah tehnik relaksasi napas dalam dan berdzikir. **Tujuan :** Diketuinya penerapan relaksasi napas dalam dan berdzikir untuk menurunkan ansietas pada pasien diabetes melitus. **Metode :** Desain yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan studi kasus, Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 2 orang. Penelitian dilakukan diruang Ahmad Dahlan RS Muhammadiyah Palembang pada tanggal 18- 21 April 2022, Instrumen yang digunakan dalam kecemasan adalah HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Data dikumpulkan dengan cara observasi, wawancara, pemeriksaan dan studi dokumentasi. Analisa data dengan membandingkan antara teori dengan data yang ditemukan pada pasien. **Hasil :** Didapatkan hasil responden mengalami kecemasan, sebelum dilakukan penerapan pada pasien I skala kecemasan 15 (sedang) dan pada pasien II skala kecemasan 13 (ringan), setelah dilakukan penerapan pada pasien I skala kecemasan 5 (ringan) dan pada pasien II skala kecemasan 7(ringan). **Saran :** Agar meningkatkan pelayanan di Rumah Sakit dan menjadi edukasi penerapan relaksasi napas dalam dan berdzikir dengan masalah ansietas pada pasien Diabetes Melitus.

Kata Kunci : *Relaksasi Napas Dalam dan Berdzikir, Ansietas, Diabetes Melitus*

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
PALEMBANG PRODI DIII KEPERAWATAN

Scientific Writing, 08 Juni 2022

Nurul Farhana

*The Application Deep Breathing Relaxation and Dhikr on
Anxiety Reduction in Patients with Diabetes Mellitus in the
Ahmad Dahlan room., Muhammadiyah Hospital Palembang.*

xix + 74 Pages + 10 Tabels + 1 Figures + 2 Schematics + 5 Attachments

ABSTRACT

Background: Diabetes mellitus patients often experience anxiety disorders so that it can worsen the quality of life of Diabetes Mellitus patients. One of the non-pharmacological actions to reduce anxiety is deep breathing relaxation techniques and dhikr. **Objective :** Knowing the application of deep breathing relaxation and dhikr to reduce anxiety in patients with diabetes mellitus **Method :** The design used is descriptive analytic with a case study approach. The sample used in this study amounted to 2 people. The study was conducted in the Ahmad Dahlan room at Muhammadiyah Hospital Palembang on April 18-21, 2022, the instrument used in anxiety was the HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). Data were collected by means of observation, interviews, examination and study of documentation. Data analysis by comparing theory with data found in patients. **Results :** The result showed that respondents experienced anxiety, before the application to patient I the anxiety scale was 15 (moderate) and in patient II the anxiety scale was 13 (mild), after application to patient I anxiety scale 5 (mild anxiety) and in patient II anxiety scale 7 (mild anxiety). **Suggestion:** In order to improve services in hospitals and an education for become the application of deep breathing relaxation and dhikr with anxiety problems in Diabetes Mellitus patients.

Keywords: *Deep Breathing Relaxation and Dhikr, Anxiety, Diabetes Mellitus*

DAFTAR ISI

HALAMAN SAPUL	i
HALAMAN DEPAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
RIWAYAT HIDUP	vi
LEMBAR PERNYATAAN	vii
HALAMAN PERNYATAAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
ABSTRAK	xi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	xiii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR SKEMA	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Konsep Dasar Penyakit	7
1. Definisi Diabetes Melitus	7
2. Anatomi Fisiologi	7
3. Etiologi	8
4. Tanda Gejala	9
5. Patofisiologi	10
6. Komplikasi	10
7. Penatalaksanaan	10
B. Konsep Dasar Ansietas	14
1. Etiologi	15
2. Jenis Kecemasan	16
3. Tingkat Kecemasan	16
C. Konsep Dasar Keperawatan	13
1. Pengkajian	19
2. Diagnosa	22
3. Perencanaan	24
4. implementasi	26
5. Evaluasi	27
D. Keaslian Penelitian	29

BAB III METODE PENULISAN/PENELITIAN	31
A. Pendekatan penelitian.....	31
B. Kerangka konsep.....	32
C. Definisi operasional	33
D. Subjek penelitian.....	34
E. Lokasi dan waktu penelitian.....	34
F. Prosedur penelitian.....	35
G. Fokus studi kasus	35
H. Teknik pengumpulan data	36
I. Instrumen pengumpulan data	36
J. Keabsahan data.....	37
K. Etika studi kasus.....	39
L. Analisis data.....	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	36
A. Keadaan Umum Lokasi Studi Kasus	36
1. Sejarah singkat Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang	36
2. Fungsi dan Tujuan.....	37
3. Visi,Misi,Tujuan,Motto Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang...	37
B. Hasil Studi Kasus	38
1. Gambaran Pengkajian	38
2. Gambaran Diagnosa	39
3. Rencana Tindakan Keperawatan	41
4. Implementasi	44
5. Evaluasi	48
C. Pembahasan.....	52
1. Pengkajian Keperawatan	52
2. Diagnosa Keperawatan	52
3. Intervensi Keperawatan	53
4. Implementasi Keperawatan	54
5. Evaluasi Keperawatan	54
D. Keterbatasan Studi Kasus	55
BAB V PENUTUP.....	56
A. Simpulan	56
B. Saran.....	57
1. Bagi Penliti.....	57
2. Bagi Rumah Sakit	57
3. Bagi institusi	57

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah peneliti memberikan tindakan keperawatan pada Ny.M dengan ansietas pada pasien Diabetes Melitus di ruang Ahmad Dahlan Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang selama 3 hari (dari tanggal 18-20 April 2022) dan pasien Ny.A dengan ansietas pada pasien diabetes melitus di ruang Ahmad Dahlan Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang selama 3 hari (dari tanggal 19-21 April 2022) dan maka peneliti menyimpulkan bahwa :

1. Pengkajian

Berdasarkan pengkajian yang dilakukan pada pasien I yaitu Ny.M pada tanggal 18 April 2022 pukul 12.45 didapatkan tanda-tanda vital dengan TD : 150/90 mmHg, Nadi :110x/menit, RR 22x/menit, Suhu 36 C. Sedangkan pada pasien II Ny.A pada tanggal 19 April 2022 pada pukul 17.00 didapatkan tanda-tanda vital TD 110/70 mmHg, Nadi 80x/menit, RR 20 x/menit, Suhu 36 C.

2. Diagnosa Keperawatan

Diagnosa yang timbul pada pasien I Ny.M dan II Ny. A yaitu : Ansietas berhubungan dengan krisis situasional.

3. Intervensi

Intervensi yang dilakukan peneliti adalah tehnik relaksasi napas dalam dan berdzikir dalam menurunkan ansietas pada pasien diabetes melitus.

4. Implementasi

Implementasi yang dilakukan adalah penerapan relaksasi napas dalam dan berdzikir , yang dilakukan sebanyak 3x pertemuan setiap pertemuan terdiri dari 2 sesi interval selama 1 jam.

5. Evaluasi

Setelah dilakuka penelitian selama 3 hari sebanyak 6 kali intervensi terjadi penurunan skala kecemasan setelah dilakukan tehnik relaksasi napas dalam dan berdzikir. Pada pasien 1 kecemasan berkurang dari 15 (Kecemasan sedang) berkurang ke 5 (Kecemasan ringan). Sedangkan pada pasien kedua kecemasan 13 (Kecemasan ringan) berkurang ke 7 (Kecemasan ringan).

6. Tehnik relaksasi napas dalam dan berdzikir efektif untuk menurunkan kecemasan pada pasien diabetes melitus.

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selajutnya

Agar pemberian penerapan relaksasi napas dalam dan berdzikir dalam menurunkan ansietas pada pasien diabetes melitus dapat optimal maka perlu dilakukan pengkajian secara komprehensif dri 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 diterapkan oleh tenaga kesehatan dalam memberikan asuhan keperawatan kesehatan terkait penerpan relaksasi napas dalam dan berdzikir pada pasien ansietas diabetes melitus.

3. Bagi institusi

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

DAFTAR PUSTAKA

- AVIGUSTA PRAMUDITYA, R. O. N. A. N. D. (2020). *STUDI LITERATUR ASUHAN KEPERAWATAN PADA DEWASA PENDERITA DM TIPE 2 DENGAN MASALAH KEPERAWATAN DEFISIEN PENGETAHUAN TENTANG PENYAKIT DIABETES* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Ponorogo). <http://eprints.umpo.ac.id/6179/> diakses : 6 april 2022 pukul 11.30 wib
- Chrisnawati, G., & Aldino, T. (2019). Aplikasi pengukuran tingkat kecemasan berdasarkan skala hars berbasis android. *Jurnal Teknik Komputer AMIK BSI*. Retrieved from <https://ejournal.bsi.ac.id/ejournal/index.php/jtk/article/download/6312/pdf>. <https://dlwqtxts.lxzle7.cloudfront.net/66145870/d7dc9b04344ed227ff0a8b61a10c74cc-with-cover-page-> diakses : 2 april 2022 pukul 09.00 wib
- Fitriani, H. N. (2019). *ASUHAN KEPERAWATAN PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN KEAMANAN* (Doctoral dissertation, STIKes Kusuma Husada Surakarta). <http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/47/> diakses: 3 april 2022 pukul 05.00 wib
- Hidayat, A. Y., & Ekaputri, Y. S. (2015). Penerapan Teknik Napas dalam pada Pasien Diagnosis Keperawatan Ansietas dengan Diabetes Mellitus serta Tuberculosis Paru di Ruang Umum Rsmm Bogor. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 3(2), 5-12. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/3929> diakses : 27 maret 2022 pukul 22.00 wib
- Inyanti, A. (2018). *PENURUNAN TINGKAT CEMAS DENGAN RELAKSASI NAFAS DALAM PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI PUSKESMAS MAYONG I JEPARA* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Semarang). <http://repository.unimus.ac.id/2914/> diakses : 27 maret 2022 pukul 15.00 wib
- Khoiri, Inas (2020). *Anatomi Fisiologi Diabetes Melitus Universitas Muhammadiyah*. <http://eprints.umm.ac.id/41188/3/jiptumppp-gdl-inaskhoiri-47045-3-bab2.pdf> . diakses : 28 maret 2022 pukul 21.00