

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM
PADA PASIEN DIABETES MELITUS DENGAN GANGGUAN
KECEMASAN DI RUANG INTERNA RSUD WAIKABUBAK
KABUPATEN SUMBA BARAT
TAHUN 2024**

**Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan**



OLEH

CRISDAYATI LOYA TAKA
NIM:PO5303212210239

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAIKABUBAK
WAIKABUBAK
2024**

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM
PADA PASIEN DIABETES MELITUS DENGAN GANGGUAN
KECEMASAN DI RUANG INTERNA RSUD WAIKABUBAK
KABUPATEN SUMBA BARAT
TAHUN 2024**

**Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan**



OLEH

CRISDAYATI LOYA TAKA
NIM:PO5303212210239

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAIKABUBAK
WAIKABUBAK
2024**

HALAMAN PERYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Crisdayati Loya Taka

Nim : PO5303212210239

Email : crisdataka58@gmail.com

Program studi : D III Keperawatan Waikabubak

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya tulis ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan karya tulis ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sangsi atas perbuatan tersebut.

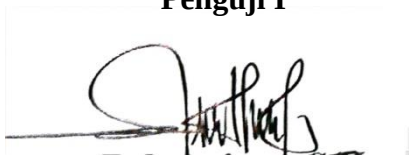
Waikabubak, 24 Juni 2024

Pembuat pernyataan

CRISDAYATI LOYA TAKA
NIM: PO5303212210239

Mengetahui

Penguji I



PETRUS BELARMINUS, S.Kep. Ns., M.Kep
NIP. 19680911 1989021 004

Penguji II



ULY AGUSTINE, S.Kp., M.Kep
NIP. 19750810 200112 2 001

LEMBAR PERSETUJUAN

**KARYA TULIS ILMIAH
IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM
PADA PASIEN DIABETES MELITUS DENGAN GANGGUAN
KECEMASAN DI RUANG INTERNA RSUD WAIKABUBAK
KABUPATEN SUMBA BARAT
TAHUN 2024**

**Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya**

OLEH

**CRISDAYATI LOYA TAKA
NIM: PO5303212210239**

**Telah Disetujui Untuk Diajukan Di Depan Dewan Penguji Karya Tulis
Ilmiah Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi Keperawatan
Waikabubak Pada Tanggal, 17 Juni 2024
Pembimbing**



**ULY AGUSTINE, S.Kp., M.Kep
NIP. 19750810 200112 2 001**

**Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan Waikabubak**



**ULY AGUSTINE, S.Kp., M.Kep
NIP. 19750810 200112 2 001**

LEMBAR PENGESAHAN

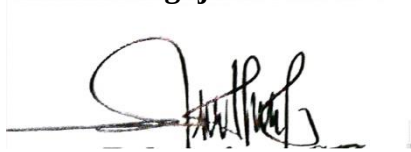
**KARYA TULIS ILMIAH
IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM
PADA PASIEN DIABETES MELITUS DENGAN GANGGUAN
KECEMASAN DI RUANG INTERNA RSUD WAIKABUBAK
KABUPATEN SUMBA BARAT
TAHUN 2024**

**Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan
OLEH**

**CRISDAYATI LOYA TAKA
NIM: PO5303212210239**

**Telah Diuji Dan Dipertahankan Dihadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi Keperawatan Waikabubak
Pada Tanggal, 17 Juni 2024**

Penguji I



**PETRUS BELARMINUS, S.Kep. Ns., M.Kep
NIP. 19680911198902 1 004**

Penguji II



**ULY AGUSTINE, S.Kp., M.Kep
NIP. 19750810 200112 2 001**

**Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan Waikabubak**



**ULY AGUSTINE, S.Kp., M.Kep
NIP. 19750810 200112 2 001**

BIODATA PENULIS

Nama : Crisdayati Loya Taka
Nim : PO5303212210239
Tempat/Tgl Lahir : Bondo Kandelu, 10 Mei 2003
Alamat : Bondo Kandelu
Riwayat pendidikan :
1. SD INPRES Bondo Kandelu (2015)
2. SMP NEGERI 5 Loli (2018)
3. SMA NEGRI 1 Mamboro (2021)

MOTTO

“ BERANI BELAJAR BERANI SUKSES ”

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, Karena berkat dan rahmat-Nya , penulis mampu menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan Program Studi Keperawatan Waikabubak Poltekkes Kemenkes Kupang. Penulis menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, Dari awal perkuliahan samapai pada penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terrima kasih kepada:

1. Irfan, SKM., M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan Waikabubak;
2. Uly Agustine, S.Kp., M.Kep, selaku Ketua Program Studi Keperawatan Waikabubak Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan pendidikan baik secara akademis maupun klinik di Program Studi Keperawatan Waikabubak Kemenkes Kupang
3. Alpian Umbu Dewa. S.Kep. NS, selaku dosen pembimbingyang telah memberikan kesempatan, waktu, tenaga dan pikiran kepada penulis untuk mengarahkan penulis dalam penyusunan karya tulis ilmiah dan menyelesaikan pendidikan baik secara akademis maupun klinik di program studi keperawatan waikabubak politeknik kesehatan kemenkes kupang
4. Petrus Belarminus, S.Kep. Ns., M.Kep selaku dosen penguji yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan kritik,saran yang membangun dalam penulis dan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini;
5. Kedua Orang Tua tercinta Bapak Gidion B. Taka & Ibu Maria Buma dan sahabat yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

6. Bapak Direktur Dr. Japendi R. P. Saragih, Sp. A, M. Biomed Selaku Direktur RSUD yang telah memberikan izin untuk mengambil pasien sebagai subjek studi kasus

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah Ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan masukan baik kritik, saran yang sifatnya membangun dari semua pihak demi kebaikan dan kerapian Karya Tulis Ilmiah ini.

Akhir kata penulis berharap kepada Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu

Waikabubak, 24 Juni 2024

Penulis

Implementasi Terapi Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Diabetes Melitus Dengan Gangguan Kecemasan Di ruang Interna RSUD Waikabubak Kabupaten Sumba Barat

Crisdayati Loya Taka¹, Uly Agustine², Petrus Belarminus³

ABSTRAK

Latar Belakang: Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit yang ditandai dengan kadar glukosa darah yang melebihi normal akibat tubuh kekurangan insulin, baik absolut maupun relatif. Diabetes melitus mempunyai komplikasi yang terjadi pada penderitanya. DM penyakit yang terjadi ketika pankreas tidak menghasilkan cukup insulin. Insulin adalah hormon yang mengatur kadar gula darah. Hiperglikemia sering kali merupakan diabetes yang tidak terkontrol, yang dapat menyebabkan kerusakan serius pada sistem tubuh, terutama saraf dan pembuluh darah. Kecemasan berlebihan pada seseorang akan membuat seseorang kesulitan dalam memulai tidur, sehingga dapat menyebabkan kebiasaan tidur buruk. **Tujuan:** Mengambarkan implementasi terapi relaksasi napas dalam pada pasien diabetes melitus dengan gangguan kecemasan. **Metode:** Jenis penelitian deskriptif metode studi kasus, jumlah 2 responden, menggunakan teknik sampling purposive sampling dengan kriteria Pasien terdiagnosa Diabetes melitus, usia 55- 68 tahun, kesadaran composmentis, menjalani rawat inap minimal 3 hari, pasien dengan gangguan kecemasan dan tidak mengalami komplikasi berat. Dilakukan asuhan keperawatan dan implementasi terapi relaksasi napas dalam selama 3 hari. **Hasil:** setelah dilakukan proses keperawatan pada klien 1 dan 2 selama 3 hari didapatkan hasil pada pasien 1 dengan skala kecemasan 24 (sedang) dan pasien 2 dengan skala kecemasan 28 (berat). **Kesimpulan:** pada evaluasi pasien 1 dan 2 selama 3 hari kecemasan yang dialami keduanya belum teratasi karena klien masih dan khawatir dengan kondisinya, sehingga terapi ini belum efektif digunakan.

Kata kunci: Diabetes melitus, terapi relaksasi napas dalam, kecemasan.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN BIODATA PENULIS.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR BAGAN.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Studi Kasus	3
D. Manfaat Studi Kasus	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Konsep Dasar Penyakit	5
1. Definisi	5
2. Etiologi.....	5
3. Anatomi Fisiologi	6
4. Patofisiologi	8
5. Pathway	9
6. Manifestasi Klinis	10
7. Komplikasi	10
8. Tanda Dan Gejala Diabetes Melitus	11
9. Penatalaksanaan	11
10. Pencegahan.....	12
B. Konsep Dasar Kecemasan	14
1. Definisi	14
2. Etiologi Kecemasan	14
3. Tanda Dan Gejala Kecemasan	15
4. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan.....	15
5. Tingkat Kecemasan.....	16
C. Konsep Dasar Teknik Relaksasi Napas Dalam	17
1. Pengertian Relaksasi Napas Dalam.....	17
2. Tujuan/Manfaat Relaksasi Napas Dalam	17
3. Prosedur Relaksasi Napas Dalam	18
D. Konsep Dasar Asuhan Keperawatan	
1. Pengkajian	20
2. Diagnosa	23

3. Intervensi	26
4. Implementasi	28
5. Evaluasi	28
BAB III METODOLOGI PENULISAN	29
A. Rencana Studi Kasus.....	29
B. Subjek Studi Kasus	29
C. Fokus Studi Kasus.....	29
D. Definisi Operasional Studi Kasus	29
E. Instrumen Studi Kasus	30
F. Metode Pengumpulan Data	30
G. Langkah-Langkah Pelaksanaan Studi Kasus	32
H. Tempat Dan Waktu Studi Kasus	32
I. Analisa Data	32
J. Penyajian Data	32
K. Etika Studi Kasus	32
BAB IV HASIL DALAM STUDI KASUS	34
A. Hasil Studi Kasus	34
1. Pengkajian	34
2. Diagnosa Keperawatan.....	50
3. Intervensi Keperawatan.....	51
4. Implementasi Keperawatan	54
5. Evaluasi Keperawatan	58
B. Pembahasan	61
1. Pengkajian	61
2. Diagnosa Keperawatan.....	62
3. Intervensi Keperawatan.....	62
4. Implementasi Keperawatan.....	63
5. Evaluasi Keperawatan	63
BAB V PENUTUP	66
A. Kesimpulan	66
B. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Intervensi Keperawatan.....	26
Tabel 4.1 Biodata Klien	34
Tabel 4.2 Alasan Masuk Rumah Sakit	35
Tabel 4.3 Faktor Predisposisi.....	36
Tabel 4.4 Pemeriksaan Fisik	37
Tabel 4.5 Skala Pengukuran HARS Klien 1 dan Klien 2	37
Tabel 4.6 Konsep Diri Pasien	40
Tabel 4.7 Hubungan Sosial	41
Tabel 4.8 Spiritual.....	41
Tabel 4.9 Status Mental	42
Tabel 4.10 Kebutuhan Persiapan Pulang	45
Tabel 4.11 Mekanisme Koping.....	46
Tabel 4.12 Masalah Psikososial Dan Lingkungan	46
Tabel 4.13 Terapi Medik.....	47
Tabel 4.14 Pemeriksaan Penunjang	48
Tabel 4.15 Tabel Analisa Data.....	49
Tabel 4.16 Diagnosa Keperawatan	50
Tabel 4.17 Intervensi Keperawatan.....	51
Tabel 4.18 Implementasi Klien 1 dan Klien 2	54
Tabel 4.19 Implementasi Keperawatan.....	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Anatomi Pankreas	6
-----------------------------------	---

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Pathway Diabetes Melitus (Santoso,B.J. 2023)	9
Bagan 4.1 Genogram.....	38

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Permohonan Pengambilan Data Awal
- Lampiran 2 Surat Balasan Data Awal
- Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian Intitusi
- Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian Dari Penanaman Modal Terpadu Satu Pintu
- Lampiran 5 Surat Keterangan Izin Penelitian
- Lampiran 6 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 7 Lembar Konsultasi Proposal Karya Tulis Ilmiah
- Lampiran 8 Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah
- Lampiran 9 Format Pengkajian Jiwa
- Lampiran 10 Sop Terapi Relaksasi Napas Dalam
- Lampiran 11 Skala Hamilton Anxiety Scale (Hars)
- Lampiran 12 Lembar Persetujuan Menjadi Responden (*Infomed Consent*)
- Lampiran 13 Satuan Acara Penyuluhan
- Lampiran 14 Leaflet
- Lampiran 15 Dokumentasi Pelaksanaan Studi Kasu

DAFTAR PUSTAKA

- Bahar, K., Syaifuddin, S., & ... (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar. *JIMPK: Jurnal Ilmiah ...*, 3, 122–128.
- Bakri, A. H., Bamahry, A., Pratama, A. A., Bima, I. H., & Yanti, A. K. E. (2023). Relationship between Age, Gender and Body Mass Index (BMI) with HbA1c Levels at Ibnu Sina Hospital Makassar. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 3(9), 677–684.
- Dwi, N. P. K. (2020). Karya Tulis Ilmiah Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Stroke Hemoragik Di Rsud Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. In *Suparyanto dan Rosad (2015 (Vol. 5, Issue 3)*.
- Halim, M. A., Panma, Y., & Latin, H. (2023). Penerapan Hipnosis Lima Jari Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Dengan Diabetes Melitus inap ruang Camelia RSUD Chasbullah dengan. 7(2), 122–138.
- Irwansyah, I., & Kasim, I. S. (2020). Deteksi Dini Risiko Diabetes Melitus Pada Staff Pengajar Stikes Megarezky Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 540–547.
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Kemenkes RI. (2022). Profil Kesehatan Indo-nesia. In *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id*.
- Lara. (2022). No Title העינים לנגד שבאמת מה את לראות קשה הכיארץ, 8.5.2017, 2003–2005.
- Maria, I. (2021). *Asuhan Keperawatan Diabetes Melitus dan Asuhan Keperawatan Stroke*.
- Nugrahaeni, T. D., & Hidayah, N. (2023). Penerapan Guided Imagery untuk Penurunan Tingkat Kecemasan pada Pasien Ulkus Diabetik. 03(02), 114–122. <https://doi.org/10.31603/bnur.10692>
- Nuraini, N., & Lestari, P. P. (2021). Jurnal Kesehatan Jurnal Kesehatan. *Jurnal Kesehatan*, 9(3), 140–149.
- Nuritasari, R. T., Fathia, N. A., Kurdaningsih, S. V., & Sunarmi, S. (2023). Penerapan Relaksasi Napas Dalam dan Berdzikir dalam Menurunkan Ansietas pada Pasien Diabetes Melitus. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(7), 2011–2018. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i7.10659>

- PPNI, tim pokja S. D. (2016). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia*. dewan pengurus pusat persatuan perawat nasional indonesia.
- Putri, N. N. (2021). *Manajemen Asuhan Keperawatan Pada Ny. A Dengan Kecemasan Pada Penderita Diabetes Melitus*.
- Sari, L. L. (2016). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Diabetes Melitus Tipe II di RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda*.
- Sifa, U., Setiyowati, E., Kartini, A. Y., Isniah, S. L., Rahmawati, R. P., Fareza, C., & Lailiyatul Fitri. (2023). Resilience Terhadap Anxiety Lansia Dengan Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi (JIG)*, 1(1), 39–46.
- Utami, D. T. (2019). Diabetes melitus dengan ulkus diabetikum. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 1, 1–7.
- Viera Valencia, L. F., & Garcia Giraldo, D. (2019). Title. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2, 6–32.
- Putri, N. N. (2021). *Manajemen Asuhan Keperawatan Pada Ny. A Dengan Kecemasan Pada Penderita Diabetes Melitus*.
- Sari, L. L. (2016). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Diabetes Melitus Tipe II di RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda*.
- Sifa, U., Setiyowati, E., Kartini, A. Y., Isniah, S. L., Rahmawati, R. P., Fareza, C., & Lailiyatul Fitri. (2023). Resilience Terhadap Anxiety Lansia Dengan Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi (JIG)*, 1(1), 39–46.
- Utami, D. T. (2019). Diabetes melitus dengan ulkus diabetikum. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 1, 1–7.
- Viera Valencia, L. F., & Garcia Giraldo, D. (2019). 濟無No Title No Title No Title. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2, 6–32.
- Dwi, N. P. K. (2020). Karya Tulis Ilmiah Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Stroke Hemoragik Di Rsud Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. In *Suparyanto dan Rosad (2015 (Vol. 5, Issue 3)*.
- Halim, M. A., Panma, Y., & Latin, H. (2023). *Penerapan Hipnosis Lima Jari Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Dengan Diabetes Melitus inap ruang Camelia RSUD Chasbullah dengan*. 7(2), 122–138.
- Irwansyah, I., & Kasim, I. S. (2020). Deteksi Dini Risiko Diabetes Melitus Pada Staff Pengajar Stikes Megarezky Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 540–547.