

KARYA TULIS ILMIAH



RIZKY AMELIA PUTRI
NIM : P00320021085

DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLTEKKES KEMENKES KENDARI
PRODI D-III KEPERAWATAN

2024

**GAMBARAN PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF
TERHADAP TINGKAT ANSIETAS PADA Tn. B DENGAN DM TIPE II
DI RUANG MELATI RSUD KOTA KENDARI**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan program

Diploma III Keperawatan



Oleh:

RIZKY AMELIA PUTRI
NIM : P00320021085

**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLTEKKES KEMENKES KENDARI
PRODI D-III KEPERAWATAN
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN
GAMBARAN PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF
TERHADAP TINGKAT ANSIETAS PADA Tn. B DENGAN DM TIPE 2
DI RUANG MELATI RSUD KOTA KENDARI

Yang disusun oleh :

RIZKY AMELIA PUTRI
NIM : P00320021085

Telah dipertahankan pada Seminar Hasil di depan tim penguji pada

Hari/tanggal : Jumat, 28 Juni 2024

Dan telah dinyatakan memenuhi syarat

Pembimbing :

1. Rusna Tahir, S. Kep. Ns., M. Kep.

(.....)

2. Sitti Muhsinah, M. Kep., Sp.Kep.M.B.

(.....)

Ketua Jurusan Keperawatan



Abdul Syukur Bau, S.Kep., Ns., MM
NIP 197312081998031001

LEMBAR PENGESAHAN

**GAMBARAN PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF
TERHADAP TINGKAT ANSIETAS PADA Tn. B DENGAN DM TIPE 2
DI RUANG MELATI RSUD KOTA KENDARI**

Yang disusun oleh :

RIZKY AMELIA PUTRI
NIM : P00320021085

Telah dipertahankan pada Seminar Hasil di depan Tim Penguji

Pada Hari/Tanggal :

Dan telah dinyatakan memenuhi syarat

Tim Penguji :

1. Dewi Sartiya Rini, M.Kep., Sp.Kep.M.B.

(.....)

2. Rusna Tahir, S. Kep. Ns., M. Kep.

(.....)

3. Rundu, S.Kp., M.Kes.

(.....)

4. Dwi Yanthi, S.Kep., Ns., M.Sc.

(.....)

5. Sitti Muhsinah, M. Kep., Sp.Kep.M.B.

(.....)

Ketua Jurusan Keperawatan



Abdul Syukur Bau, S.Kep., Ns., MM
NIP. 197312081998031001

SURAT PERTANYAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Rizky Amelia Putri

Nim : P00320021085

Institusi Pendidikan : Prodi D-III Keperawatan

Judul Penelitian : Gambaran penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Ansietas Pada Tn. B Dengan DM Tipe II DI Ruang Melati RSUD Kota Kendari

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa KTI yang saya tulis ini adalah hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa KTI ini adalah hasil jiplakan (plagiat) maka saya bersedia menerima sanksi atau perbuatan tersebut sesuai peraturan yang berlaku di jurusan D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kendari.

Kendari,

Yang Membuat Pernyataan



Rizky Amelia Putri

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN KARYA TULIS ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai civitas Poltekkes Kemenkes Kendari, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rizky Amelia Putri
Nim : P00320021085
Program Studi/Jurusan : D – III Keperawatan
Judul : Gambaran penerapan teknik relaksasi otot progresif terhadap tingkat ansietas pada Tn. B dengan DM Tipe II di ruang Melati RSUD kota kendari

Menyatakan bahwa setuju untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Kendari Hak Bebas Royalti Non Eksekutif atas Karya Tulis Ilmiah Saya yang berjudul "Gambaran Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Ansietas Pada Tn. B Dengan DM Tipe II Di Ruang Melati RSUD Kota Kendari" Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksekutif Poltekkes Kemenkes Kendari berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah Saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Kendari
Tanggal 27 September 2024



RIZKY AMELIA PUTRI
NIM : P00320021085

RIWAYAT HIDUP



I. IDENTITAS

1. Nama lengkap : Rizky Amelia Putri
2. Tempat/tanggal lahir : Wawonggole, 09 Mei 2004
3. Jenis kelamin : Perempuan
4. Agama : Islam
5. Suku/Kebangsaan : Tolaki/Indonesia
6. Alamat : Desa Lalonggaluku, Kec,
Bondoala, Kab. Konawe
7. No. Telp/hp : 0813 – 4227 – 6236

II. PENDIDIKAN

1. TK Iklal Matabondu Tahun 2008 – 2009
2. SDN Lalonggaluku Tahun 2009-2015
3. Mts Labibia Tahun 2015-2018
4. SMAN 7 Kendari Tahun 2018-2021
5. Poltekkes Kemenkes Kendari Tahun 2021-2024

MOTTO

“Semua orang punya start dan finishnya, jangan mau hidup di standarisasi orang lain itu berat, tapi bukan berarti kita jadi stuck, jalan saja pelan – pelan.”

Wyna – 3726 mdpl.

“ Success is not final, failure is not fatal : It is the courage to continue that counts”

Winston Churchill

ABSTRAK

Rizky Amelia Putri (P00320021085) Gambaran Penerapan Terhadap Tingkat Ansietas Pada Tn. B Dengan DM Tipe II Di Ruang Melati RSUD Kota Kendari, Pembimbing 1 (Rusna Tahir, S.Kep., Ns., M.Kep) pembimbing 2 (Sitti Muhsinah, M.Kep., Sp., Kep.M.B).

Latar Belakang : Diabetes mellitus (DM) adalah kondisi jangka panjang yang disebabkan oleh ketidakmampuan pankreas untuk menghasilkan insulin yang cukup. Ini biasanya menyebabkan hiperglikemia pada pasien diabetes mellitus. **Tujuan :** menerapkan terapi teknik relaksasi otot progresif terhadap tingkat ansietas pada pasien DM Tipe II. **Manfaat :** setelah diberikan terapi teknik relaksasi otot progresif dapat menurunkan tingkat ansietas. **Metode :** studi kasus deskriptif pada 1 (satu) pasien DM Tipe II dengan masalah keperawatan ansietas dan akan diberikan terapi teknik relaksasi otot progresif. **Hasil :** hasil ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan pada tingkat ansietas setelah diberikan teknik relaksasi otot progresif tingkat ansietas menurun dari ansietas berat menjadi ansietas ringan. **Kesimpulan :** tingkat ansietas menurun dengan pemberian terknik relaksasi otot progresif selama 3x24 jam. **Saran :** perawat dapat memberikan teknik relaksasi otot progresif untuk menurunkan tingkat ansietas pada DM Tipe II.

Kata Kunci : teknik relaksasi otot progresif, tingkat ansietas, DM Tipe II

ABSTRACT

Rizky Amelia Putri (P00320021085) Overview of the Application to the Level of Anxiety in Mr. B with DM Type II in the Jasmine Room of Kendari City Hospital, Supervisor 1 (Rusna Tahir, S.Kep., Ns., M.Kep) Supervisor 2 (Sitti Muhsinah, M.Kep., Sp., Kep.M.B).

Background: Diabetes mellitus (DM) is a long-term condition caused by the inability of the pancreas to produce enough insulin. This usually causes hyperglycemia in patients with diabetes mellitus. **Objective:** to apply progressive muscle relaxation technique therapy to anxiety levels in Type II DM patients. **Benefits:** after being given progressive muscle relaxation technique therapy, anxiety levels can be reduced. **Method:** a descriptive case study on 1 (one) Type II DM patient with anxiety nursing problems and will be given progressive muscle relaxation technique therapy. **Results:** these results indicate that there is a decrease in anxiety levels after being given progressive muscle relaxation techniques, anxiety levels decrease from severe anxiety to mild anxiety. **Conclusion:** anxiety levels decrease with the provision of progressive muscle relaxation techniques for 3x24 hours. **Suggestion:** nurses can provide progressive muscle relaxation techniques to reduce anxiety levels in Type II DM.

Keywords: progressive muscle relaxation techniques, anxiety levels, Type II DM

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT. karena berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul “Gambaran Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Ansietas Pada Tn. B dengan DM Tipe II Di Ruang Melati RSUD Kota Kendari.”

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis banyak mendapat bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, terkhusus dosen pembimbing 1 Ibu Rusna Tahir, S.Kep., Ns., M.Kep dan dosen pembimbing 2 Ibu Sitti Muhsinah, M.Kep., Sp., Kep.M.B., yang telah ikhlas dan sabar dalam meluangkan waktunya untuk membimbing selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar – besarnya kepada yang terhormat :

1. Bapak Teguh Fathurrahman SKM, MPPM, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kendari.
2. Bapak Abdul Syukur Bau, S.Kep.,Ns.,MM selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kendari.
3. Ibu Nurfantri, S.Kep.,Ns.,M.Sc., selaku Ketua Prodi Jurusan D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kendari.
4. Ibu Fitri Wijayati, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Sekretaris Jurusan D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kendari..
5. Dosen – dosen penguji, penguji 1 Ibu Dewi Sartiya Rini, M.Kep., Sp.,Kep.M.B., penguji 2 Bapak Rundu, S.Kp., M.Kes., dan penguji 3 Ibu Dwi Yanthi, S.Kep., Ns., M.Sc., yang telah memberikan arahan dan

masuk – masuk sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat disusun dengan sebaik – baiknya.

6. Kepada seluruh Dosen dan Staf Politeknik Kesehatan Kendari Jurusan Keperawatan yang membantu Penulis dalam menempuh pendidikan.
7. Bapak Dr. H. Sukirman, M.Kes.,MARS.,Sp.,PA., selaku Direktur RSUD Kota Kendari yang telah mengizinkan penulis dalam melakukan penelitian, Kepala Ruangan serta Staff Ruang Melati yang telah membantu penulis selama melakukan penelitian.
8. Orang tua terhebatku Bapak Asrudin, SE., dan Ibu Astaty, S. Pd., yang tidak pernah lelah untuk berjuang, selalu mendoakan yang terbaik, selalu memberikan motivasi dan dukungan yang terbaik, dan yang selalu berusaha memenuhi segala keinginan dan kebutuhan Penulis.
9. Untuk diri sendiri Rizky Amelia Putri *you did it girl*, terima kasih telah sampai ditahap ini walaupun dengan banyak drama dan keluh kesah tapi kamu bisa. *You're great so proud of you*. Tetap semangat.
10. Serta teman-teman Angkatan 2021 jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kendari, khususnya Ingg, Piyaw, Enzu, Tikaw. Jana, Penulis juga mengucapkan terima kasih atas segala bantuan, semangat, motivasi dan doa yang diberikan kepada penulis.

Semoga proposal ini dapat bermanfaat di masa yang akan datang dan mendapat balasan dari Allah SWT. Aamiin Yarabba Alamiin.

Penulis

Rizky Amelia Putri

DAFTAR ISI

PROPOSAL PENELITIAN

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERTANYAAN KEASLIAN TULISAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK	v
MOTTO.....	vii
ABSTRAK.....	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan	8
D. Manfaat	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Konsep Diabetes Mellitus	9
1. Definisi.....	9
2. Etiologi	9
3. Klasifikasi	10
4. Patofisiologi.....	11
5. Pathway	12
6. Manifestasi klinis.....	13
7. Komplikasi.....	14
8. Pencegahan	14
9. Penatalaksanaan.....	15

B.	Konsep Asuhan Keperawatan Diabetes Melitus	16
1.	Pengkajian	16
2.	Diagnosa Keperawatan	19
3.	Intervensi Keperawatan	22
4.	Implementasi	25
5.	Evaluasi	25
C.	Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Diabetes Mellitus.....	26
1.	Definisi.....	26
2.	Manfaat Teknik Relaksasi Otot Progresif	26
3.	Fisiologi Teknik Relaksasi Otot Progresif	27
4.	Efektivitas Teknik Relaksasi Otot Progresif	28
5.	Standar Operasional Prosedur	30
BAB III	METODE PENELITIAN.....	35
A.	Rancangan Studi Kasus	35
B.	Subjek Studi Kasus	35
C.	Fokus Studi Kasus	36
D.	Definisi Operasional	36
E.	Tempat dan Waktu	39
F.	Metode Pengumpulan Data	39
G.	Penyajian Data.....	40
H.	Etika Studi Kasus	40
BAB IV	42
HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	42
A.	Hasil Studi Kasus	42
1.	Gambaran Subjek Studi Kasus.....	42
2.	Hasil observasi penerapan teknik relaksasi otot progresif.....	45
B.	Pembahasan	46
C.	Keterbatasan.....	51

BAB V	53
KESIMPULAN DAN SARAN.....	53
A. Kesimpulan	53
B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	55

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Diagnosa Keperawatan.....	20
Tabel 2. 2 Intervensi Keperawatan.....	23
Tabel 2. 3 Efektifitas Teknik Relaksasi Otot Progresif	28
Tabel 2. 4 Standar Operasional Prosedur (SOP)	30
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	36
Tabel 4. 1 Hasil Observasi Terapi Teknik Relaksasi Otot Progresif pada Tn. B....	45

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Format Pengkajian Keperawatan
- Lampiran 2 Instrumen Penilaian Tingkat Kecemasan
- Lampiran 3 Standar Operasional Prosedur
- Lampiran 4 Lembar Observasi Penelitian
- Lampiran 5 Informed Consent
- Lampiran 6 Surat Izin Pengambilan Data Awal
- Lampiran 7 Surat Pengambilan Data Awal RSUD Kota Kendari
- Lampiran 8 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 9 Surat Keterangan Selesai Penelitian
- Lampiran 10 Surat Keterangan Bebas Administrasi
- Lampiran 11 Surat Bebas Pustaka
- Lampiran 12 Dokumentasi