

BAB IV

HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Studi Kasus

1. Gambaran Subjek Studi Kasus

Dari hasil penelitian dan pengkajian yang dilakukan diketahui identitas klien dengan nomor registrasi 325694, Tn. B lahir di Kendari 31 Desember 1968, jenis kelamin laki – laki, beragama Islam, suku Tolaki, pendidikan terakhir SD, bertempat tinggal di Jln. Jendral Ahmad Yani, pekerjaan Wiraswasta. Tn. B datang ke IGD RSUD Kota Kendari dengan keluhan utama demam tinggi dengan suhu badan 39,8°C selama 3 hari dengan diagnosa medis diabetes mellitus tipe 2.

Berdasarkan hasil pengkajian pada hari Jumat tanggal 14 Juni 2024 didapatkan keluhan utama pasien dibawa ke rumah sakit pada tanggal 10 Juni 2024 karena demam tinggi selama 3 hari kemudian pasien datang ke IGD RSUD Kota Kendari dan mendapatkan perawatan selama ±8 jam kemudian dipindahkan ke ruang Melati. Riwayat keluhan saat pengkajian pasien merasa cemas akan suhu tubuhnya yang naik turun dikarenakan kadar gula darah yang meningkat, pasien nampak gelisah dan cenderung menarik napas panjang saat berinteraksi, mengeluh pusing, sering terbangun tengah malam membuat tidurnya tidak teratur. Riwayat kesehatan masa lalu pasien mengatakan pernah dirawat di rumah sakit yang berbeda dengan keluhan yang sama beberapa bulan lalu karena gula darah yang meningkat, tidak pernah mengalami pembedahan, pasien perokok aktif, tidak mengonsumsi alkohol dan tidak ada alergi.

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan pada hari jumat tanggal 14 Juni 2024 didapatkan data dengan keluhan pasien mengatakan suhu badannya naik turun, pasien mengeluh sering pusing, pasien mengatakan cemas atas suhu tubuhnya yang naik turun karena gula darahnya yang meningkat, pasien mengatakan merasa gelisah, pasien mengatakan pola tidurnya terganggu, pasien mengatakan sering terbangun saat tidur malam, pasien nampak gelisah dan sering menarik napas panjang, pasien nampak lemas saat berinteraksi dengan peneliti, pasien nampak sering melamun.

Saat pengkajian didapatkan keadaan umum gelisah, kesadaran composmentis dengan GCS E4V5M6. Pemeriksaan tanda – tanda vital didapatkan hasil : tekanan darah 140/90 mmHg, frekuensi napas 20 kali/menit, frekuensi nadi 100 kali/menit, suhu badan 37,0°C, berat badan 68 kg dengan tinggi badan 170 cm, dari hasil pemeriksaan indeks masa tubuh didapatkan 23,5.

Pada hasil pemeriksaan fisik pasien didapatkan bentuk kepala normachepali, keadaan kepala bersih, adanya pusing, rambut berwarna hitam dan beruban, distribusi rambut baik, tidak ada alopecia, dan nampak wajah pucat, mata: penglihatan kabur (rabun jauh), telinga: dapat mendengar dengan baik, mulut: nampak bibir kering dan pecah, mukosa pucat, gigi lengkap, dan berwarna kuning, thoraks: bentuk dada simetris, tidak ada bunyi napas tambahan, abdomen: warna kulit putih, tidak ada distensi abdomen, tidak ada ostomy, peristaltik usus 8 kali/menit, ada

nyeri tekan pada bagian tengah atas, payudara: nampak simetris pada sisi kanan dan kiri, tidak ada massa, nyeri tekan, ataupun lesi.

Pada pengkajian kebutuhan dasar yang terdiri dari kebutuhan oksigenasi: pasien tidak ada sesak napas, kebutuhan nutrisi: frekuensi makan 3x sehari, nafsu makan berkurang, porsi yang dihabiskan hanya setengah porsi, terkadang mual, sensasi asam pada mulut, perasaan cepat kenyang, dan kembung. Kebutuhan eliminasi: adanya konstipasi. Kebutuhan istirahat dan tidur: pasien mengatakan sering terbangun tengah malam untuk berkemih dan sulit untuk memulai tidur kembali, pasien mengatakan sebelum sakit tidur siang selama 1 – 2 jam, setelah sakit tidak pernah tidur siang. Kebutuhan aktivitas tidak kesulitan dalam berjalan, mempertahankan, dan merubah posisi tetapi harus pelan – pelan. Kebutuhan kenyamanan pasien mengatakan cemas/khawatir karena gula darahnya yang meningkat akibatnya suhu badannya naik turun, pasien nampak gelisah. Kebutuhan spiritual: mampu sholat duduk tidak bisa berdiri karena mudah lelah.

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan oleh peneliti pada pasien ditemukan masalah keperawatan yaitu Ansietas berhubungan dengan ancaman terhadap konsep diri dibuktikan dengan adanya keluhan merasa cemas/khawatir akibat gula darahnya yang meningkat, pasien nampak gelisah, pasien mengatakan sering terbangun tengah malam dan sulit untuk memulai tidur kembali, sebelum sakit jam tidur siang pasien 1 -2 jam setelah sakit pasien tidak bisa tidur siang, pasien sering merasa pusing, pasien nampak lemas, pasien nampak sering menghela napas,

pasien nampak sering melamun, tekanan darah meningkat 140/90 mmHg, frekuensi nadi meningkat 100 kali/menit. Oleh karena itu, diperlukan perencanaan keperawatan untuk menunjang kesehatan pasien menjadi lebih baik dengan memberikan terapi teknik relaksasi otot progresif bertujuan untuk menurunkan tingkat kecemasan yang dirasakan oleh pasien.

Dengan adanya penelitian penerapan teknik relaksasi otot progresif cukup efektif menurunkan tingkat kecemasan dan dapat mengurangi kesulitan tidur yang dirasakan oleh pasien dan dari penelitian sebelumnya membuktikan bahwa intervensi teknik relaksasi otot progresif ini efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan dan mengurangi kesulitan tidur pada pasien diabetes mellitus (Hastuti *et al.*, 2023). Berdasarkan hal tersebut Tn. B mengikuti terapi teknik relaksasi otot progresif selama 3 hari berturut – turut dari tanggal 14 Juni 2024 sampai 16 Juni 2024 yang dilakukan 1 kali sehari pada pagi hari.

2. Hasil observasi penerapan teknik relaksasi otot progresif

Tabel 4. 1 Hasil Observasi Terapi Teknik Relaksasi Otot Progresif pada Tn. B

Hari/tanggal	Pengamatan	Tingkat Ansietas			
		Jam	Sebelum Intervensi	Jam	Sesudah intervensi
Jumat 14/Juni/2024	Verbalisasi khawatir akibat yang diderita	10.05	29	10.40	28
	Tekanan darah		140/90 mmHg		140/80 mmHg
	Frekuensi nadi		100 kali/menit		90 kali/menit

Sabtu 15/Juni/2024	Verbalisasi khawatir akibat yang diderita	10.10	25	10.40	24
	Tekanan darah		140/90 mmHg		130/90 mmHg
	Frekuensi nadi		90 kali/menit		80 kali/menit
Minggu 16/Juni/2024	Verbalisasi khawatir akibat yang diderita	10.05	20	10.35	19
	Tekanan darah		130/90 mmHg		120/80 mmHg
	Frekuensi nadi		90 kali/menit		80 kali/menit

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa hari pertama sampai hari ketiga tingkat kecemasan dan pola tidur Tn. B menurun dan membaik setelah diberikan terapi teknik relaksasi otot progresif selama 3 hari berturut – turut. Di mana pada hari pertama sebelum dilakukan terapi teknik relaksasi otot progresif pasien mengeluh merasa cemas akan gula darahnya yang meningkat, tekanan darah meningkat, dan frekuensi nadi meningkat, setelah diberikan terapi teknik relaksasi otot progresif tingkat kecemasan menurun, tekanan darah membaik, dan frekuensi nadi membaik.

B. Pembahasan

Penerapan teknik relaksasi otot progresif pada Tn. B dengan diagnosa medis diabetes mellitus tipe 2 yang dilakukan di ruang Melati RSUD Kota

Kendari selama 3 hari berturut – turut didapatkan masalah keperawatan dengan Ansietas berhubungan dengan ancaman terhadap konsep diri.

Hasil dari pengkajian yang dilakukan pada Tn. B mendapatkan hasil pasien mengeluh cemas/khawatir dengan kadar gula darahnya yang meningkat, pasien nampak gelisah dan cenderung menarik napas panjang saat berinteraksi, mengeluh pusing, sering terbangun tengah malam untuk berkemih membuat tidurnya tidak teratur. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Maulasari, 2020), didapatkan hasil pengkajian yang dilakukan oleh responden memiliki kekhawatiran terhadap penyakit yang dialaminya karena penyakit diabetes merupakan penyakit yang tidak dapat disembuhkan dan penyakit diabetes membuat penderitanya harus mengontrol pola makan seperti membatasi asupan glukosa dan karbohidrat serta melakukan olahraga secara teratur.

Pasien dengan diabetes mellitus tipe 2 mengalami beberapa gejala berupa adanya rasa cemas dan pola tidur terganggu seperti yang dialami Tn. B. Gejala yang dirasakan oleh Tn. B dipengaruhi oleh kondisi diabetes mellitus karena adanya peningkatan kadar gula darah. Penderita diabetes mellitus akan muncul masalah di antaranya dapat berupa ansietas atau kecemasan. Gangguan kecemasan yang muncul disebabkan karena penyakit seumur hidup ataupun karena komplikasi yang ditimbulkannya (Widiani & Karina, 2020).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Hastuti *et al.*, 2023) terdapat penurunan tingkat kecemasan. Sebelum diberikan teknik relaksasi otot progresif hasil pengukuran tingkat kecemasan berada di kategori sedang setelah diberikan terapi teknik relaksasi otot

progresif selama 3 hari berturut – turut. Hal ini bisa disimpulkan bahwa terapi teknik relaksasi otot progresif efektif diberikan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 yang mengalami kecemasan.

Pada penelitian ini dilakukan pengukuran tekanan darah pada hari pertama sebelum dilakukan terapi teknik relaksasi otot progresif pada Tn. B didapatkan hasil tekanan darah 140/90 mmHg dan setelah dilakukan terapi mengalami penurunan yaitu 110/80 mmHg. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mubarakah *et al.*, 2023), setelah dilakukan teknik relaksasi otot progresif mengalami penurunan tekanan darah dari 172/90 mmHg pada hari pertama menjadi 142/85 mmHg pada hari ketiga.

Pada penelitian ini juga dilakukan pengukuran frekuensi nadi, pada Tn. B sebelum dilakukan terapi teknik relaksasi otot progresif frekuensi nadi 100 kali/menit dan setelah dilakukan terapi Tn. B mengalami penurunan frekuensi nadi 80 kali/menit. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan juga oleh (Mubarakah *et al.*, 2023), sebelum dilakukan terapi frekuensi nadi responden 100 kali/menit dan setelah dilakukan terapi mengalami penurun 95/menit.

Penurunan tingkat kecemasan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 tidak hanya dengan pemberian teknik relaksasi otot progresif. Berikut beberapa cara untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien dengan diabetes mellitus tipe 2 :

1. Terapi Kognitif Perilaku (CBT)

CBT adalah pendekatan terapi psikologis yang bertujuan untuk mengubah pola pikir negatif dan merespon kecemasan dengan cara yang lebih sehat. Pada pasien dengan DM tipe 2, CBT dapat membantu

mereka mengelola kecemasan yang terkait dengan manajemen penyakit kronis.

2. Aktivitas Fisik Teratur

Aktivitas fisik seperti berjalan, jogging, atau bersepeda dapat menurunkan tingkat kecemasan melalui peningkatan produksi endorfin dan pengurangan hormon stres. Selain itu, olahraga juga membantu mengendalikan kadar gula darah yang berkontribusi pada pengelolaan kecemasan.

3. *Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR)*

MBSR adalah teknik meditasi yang membantu pasien fokus pada saat ini dan mengurangi reaksi berlebihan terhadap stres. Teknik ini dapat menurunkan tingkat kecemasan dengan memperbaiki hubungan pasien dengan pikiran dan emosi mereka, serta meningkatkan pengendalian diri.

4. Pendidikan Diabetes (*Diabetes Education*)

Pendidikan mengenai diabetes yang komprehensif membantu pasien memahami kondisi mereka, mengurangi ketidakpastian, dan memberikan mereka keterampilan untuk mengelola penyakit dengan lebih baik, yang pada gilirannya dapat menurunkan kecemasan.

5. Dukungan Sosial dan Kelompok Dukungan

Memiliki dukungan sosial yang kuat dari keluarga dan teman-teman dapat mengurangi perasaan isolasi dan kecemasan pada pasien DM tipe

2. Berbagi pengalaman dengan orang lain yang memiliki kondisi serupa dapat memberikan rasa aman dan pemahaman (Kurnik Mesarič *et al.*, 2023).

Pada pasien Tn. B dilakukan pemberian terapi teknik relaksasi otot progresif selama ± 10 menit terdapat perubahan keluhan, sebelum dilakukan terapi teknik relaksasi oto progresif pasien mengeluh merasa otot tegang, nampak gelisah, cenderung menghela napas, nampak lemas, mengeluh pusing, mengeluh merasa cemas akan gula darahnya yang meningkat, sering terbangun tengah malam dan sulit untuk memulai tidurnya. Setelah dilakukan terapi teknik relaksasi otot progresif pasien mengatakan ototnya sudah tidak tegang lagi, pasien nampak lebih segar, pasien mengatakan gula darahnya sudah mulai menurun, pasien mengatakan perasaannya lebih rileks dan tidak sulit untuk memulai tidur kembali. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Antoni & Diningsih, 2021) dengan masalah tingkat kecemasan/stres dapat dilakukan terapi teknik relaksasi otot progresif dilaksanakan sesuai SOP. Terapi ini dapat mengurangi tingkat kecemasan.

Evaluasi tingkat ansietas/kecemasan menjadi menurun pada Tn. B dari verbalisasi khawatir akibat kondisi yang dihadapi meningkat menjadi menurun, pola tidur memburuk menjadi membaik. Sebelum dilakukan teknik relaksasi otot progresif pasien mengeluh cemas atas meningkatnya gula darah yang mengakibatkan suhu tubuh pasien naik turun, pasien mengeluh sering terbangun tengah malam untuk berkemih dan susah untuk tidur kembali, pasien sering menghela napas dan melamun, pasien nampak lemas, sering pusing. Setelah dilakukan terapi teknik relaksasi otot progresif pasien mengatakan rasa cemasnya berkurang karena gula darahnya menurun dan suhu tubuhnya membaik, pasien tidak sulit untuk tidur kembali saat terbangun tengah malam, pasien nampak lebih segar dan bugar. Sejalan

dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Herlambang *et al.*, 2019) menunjukkan hasil dalam pemberian terapi teknik relaksasi otot progresif pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kedungdoro dan Puskesmas Medokan Ayu dapat menurunkan tingkat kecemasan/stres dan menurunkan kada gula darah.

Teknik relaksasi otot progresif dapat efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan karena saat otot menegang, tubuh akan mengirimkan sinyal ke otak melalui saraf sensorik. Sinyal ini memicu respon stres, mengaktifkan sistem saraf simpatik (*fight-or-flight*) yang meningkatkan denyut jantung, tekanan darah, dan pernapasan. Saat otot dilemaskan, sinyal berlawanan dikirim ke otak, menginaktivasi sistem saraf simpatik dan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis (*rest-and-digest*). Sistem saraf parasimpatis menurunkan denyut jantung, tekanan darah, dan pernapasan, serta memicu pelepasan hormon relaksasi seperti serotonin dan dopamin. Teknik relaksasi otot progresif membantu melepaskan ketegangan otot yang terkait dengan kecemasan, sehingga meredakan perasaan cemas dan gelisah. Teknik relaksasi otot progresif merupakan teknik yang aman, mudah dipelajari, dan efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada penderita diabetes melitus tipe 2. Teknik relaksasi otot progresif dapat membantu meningkatkan kualitas hidup dengan meredakan kecemasan, meningkatkan kualitas tidur, dan meningkatkan relaksasi (Antoni & Diningsih, 2021)

C. Keterbatasan

Dalam pelaksanaan studi kasus ini peneliti menemui hambatan sehingga menjadi keterbatasan dalam penyusunan studi kasus. Keterbatasan bagi

peneliti berupa kesulitan mencari subjek pada saat melaksanakan penelitian. Pada studi kasus ini, subjek yang diambil yaitu pasien diabetes mellitus yang mengalami ansietas atau kecemasan, sedangkan selama beberapa hari pasien diabetes mellitus tipe 2 yang ada tidak mengalami ansietas maupun kecemasan rata – rata pasien masuk rumah sakit untuk pembedahan/operasi, sehingga perlu waktu 4 hari untuk menunggu adanya pasien diabetes mellitus tipe 2 yang mengalami ansietas ataupun kecemasan, hal ini dikarenakan terbatasnya subjek yang ada di RSUD Kota Kendari. Adapun keterbatasan dari klien yaitu pada saat mengambil dokumentasi, pasien menolak untuk didokumentasi sehingga dokumentasi yang didapatkan oleh peneliti hanya di hari pertama saja.