



**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DIABETES MELITUS
TIPE 2 DENGAN PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON
DALAM MENURUNKAN KADAR GULA DARAH**

KARYA TULIS ILMIAH

SYIFA SALSABILA RAHMAH

2110701030

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
2024**



**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DIABETES MELITUS
TIPE 2 DENGAN PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON
DALAM MENURUNKAN KADAR GULA DARAH**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Keperawatan**

SYIFA SALSABILA RAHMAH

2110701030

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
2024**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Syifa Salsabila Rahmah
NIM : 2110701030
Tanggal : 05 Februari 2024

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksamaan dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 03 April 2024

Yang Menyatakan,



(Syifa Salsabila Rahmah)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Syifa Salsabila Rahmah
NIM : 2110701030
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Keperawatan Program Diploma Tiga

Demi Pembangunan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non Exclusive Royalty Free Right*) atas karya tulis ilmiah saya yang berjudul:

“Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Dengan Penerapan Terapi Relaksasi Benson Dalam Menurunkan Kadar Gula Darah”
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan KTI saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 03 April 2024

Yang Menyatakan,



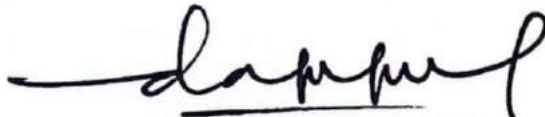
(Syifa Salsabila Rahmah)

PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah diajukan oleh:

Nama : Syifa Salsabila Rahmah
NIM : 2110701030
Program Studi : Keperawatan Program Diploma Tiga
Judul Karya Tulis Ilmiah : Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Dengan Penerapan Terapi Relaksasi Benson Dalam Menurunkan Kadar Gula Darah

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S

Penguji I



Ns. Rycco Darmaraja, S.Kep., M.Kep

Penguji II (Pembimbing)



Desmawati, M.Kep., Sp.Mat., PhD

Dekan IPRES UPN "Veteran" Jakarta



Ns. Laksita Barbara, S.Kep., MN

Kaprodi Keperawatan Program
Diploma Tiga

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 03 April 2024

ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DENGAN PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON DALAM MENURUNKAN KADAR GULA DARAH

Syifa Salsabila Rahmah

Abstrak

Pendahuluan: Diabetes adalah penyakit metabolik yang ditandai dengan hiperglikemia karena gangguan sekresi dan kerja insulin. Terapi banyak dikembangkan, salah satunya relaksasi benson, yang memadukan faktor keyakinan. Mekanisme relaksasi benson dalam menurunkan kadar gula darah melalui penurunan stres fisik dan psikis sehingga menurunkan hormon epinefrin, kortisol, glukagon, dan tiroid. **Metode:** Studi ini bersifat deskriptif dengan pendekatan *single case study*, menggunakan metode *purposive sampling*. Kriteria inklusi pasien diabetes melitus tipe 2, hiperglikemia, kesadaran compos mentis, belum mengetahui terapi relaksasi benson, dan bersedia menjadi responden. **Hasil:** Pengkajian didapatkan pasien lemas badan bagian kanan terutama tangan dan kaki, sampai terasa kesemutan tiba-tiba, dan tidak bisa mengepalkan tangan dengan kuat. Diagnosis yang muncul adalah ketidakstabilan kadar glukosa darah, gangguan pola tidur, dan risiko ketidakseimbangan elektrolit. Rencana tindakan yaitu manajemen hiperglikemia, dukungan tidur, dan pemantauan elektrolit. Implementasi sesuai dengan intervensi yang difokuskan pada relaksasi benson selama 3x24 jam. Evaluasi manajemen hiperglikemia teratasi di hari ke-3, dukungan tidur di hari ke-2, dan pemantauan elektrolit di hari ke-2. **Kesimpulan:** Penerapan terapi relaksasi benson dalam menurunkan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 teratasi.

Kata Kunci: Diabetes Melitus, Gula Darah, Hiperglikemia, Relaksasi Benson, Studi Kasus.

NURSING CARE FOR PATIENT WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS WITH THE APPLICATION OF BENSON RELAXATION THERAPY IN THE LOWERING OF BLOOD SUGAR LEVELS

Syifa Salsabila Rahmah

Abstract

Introduction: Diabetes is a metabolic disease characterized by hyperglycemia due to impaired insulin secretion and action. Many therapies are developed, one of which is benson relaxation, with integrates faith factors. The mechanism of benson relaxation in reducing blood sugar levels through a decrease in physical and psychological stress so as to reduce epinephrine, cortisol, glucagon, and thyroid hormones. **Methods:** This study is descriptive with a single case study approach, using purposive sampling method. Inclusion criteria for patients with type 2 diabetes mellitus, hyperglycemia, composmentis consciousness, never know benson relaxation therapy, and willing to become respondent. **Results:** Assessment found that the patient was weak in the right side of the body, especially the hands and feet, until he felt a sudden tingling sensation, and could not clench his hands firmly. The diagnosis that emerged was instability of blood glucose levels, disturbance of sleep patterns, and risk of electrolyte imbalance. The action plan is hyperglycemia management, sleep support, and electrolyte monitoring. Implementation in accordance with the intervention focused on benson relaxation for 3x24 hours. Evaluation of hyperglycemia management resolved on day-3 and sleep support on day-2. **Conclusion:** The application of benson relaxation therapy in reducing blood glucose levels in patients with type 2 diabetes mellitus is resolved.

Keyword: Benson Relaxation, Blood Sugar, Case Study, Diabetes Mellitus, Hyperglycemia.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia serta kemudahan yang diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini sejak Januari 2024 yang berjudul “Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Dengan Penerapan Terapi Relaksasi Benson Dalam Menurunkan Kadar Gula Darah”. Penulis menyadari bahwa penulisan KTI ini tidak bisa dilakukan tanpa dukungan banyak pihak.

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Desmawati, SKP. M.Kep. Sp.Kep.Mat, PhD. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S. selaku Kajar Keperawatan sekaligus Dosen Penguji, Ns. Laksita Barbara, S.Kep., MN selaku Kaprodi D3 Keperawatan, Ns. Nelly Febriani, S. Kep, M. Kep selaku Dosen Pembimbing Akademik, Ns. Rycco Darmareja, S.Kep., M.Kep. selaku Dosen Pembimbing KTI yang telah banyak memberikan bimbingan, saran, dan motivasi yang sangat bermanfaat, serta untuk para dosen dan staf jurusan D-III Keperawatan yang tidak kenal lelah mengajar dan berbagi ilmu kepada penulis, dan kepada institusi penelitian Rumah Sakit Umum Tangerang Selatan.

Rasa terima kasih juga penulis ucapkan kepada keluarga besar: Abi, Umi, Kak Nida, Kak Nada, Salsa, dan Putri yang senantiasa memberikan *support* dan berdoa untuk kesuksesan penulis, juga kepada anggota kelompok penelitian, teman terdekat: Alvira, Arifah, Tari, serta teman-teman D-III Keperawatan angkatan 2021 yang saling menyemangati dan memotivasi. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam KTI ini. Oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan masukan yang membangun. Semoga KTI ini dapat memberi manfaat kepada pembacanya.

Jakarta, 05 Februari 2024

Penulis,



Syifa Salsabila Rahmah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR BAGAN.....	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1. Latar Belakang.....	1
I.2. Rumusan Masalah.....	3
I.3. Tujuan Penelitian	4
I.4. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
II.1. Landasan Teori Diabetes	6
II.2. Landasan Teori Terapi Relaksasi Benson.....	23
II.3. Konsep Asuhan Keperawatan.....	25
II.4. Kerangka Teori	31
II.5. Tabel Penelitian Terdahulu	32
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
III.1. Desain Penelitian.....	35
III.2. Hipotesis Penelitian.....	35
III.3. Definisi Operasional.....	35
III.4. Populasi dan Sampel	36
III.5. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	37
III.6. Instrumen Penelitian	37
III.7. Metode Pengumpulan Data	38
III.8. Analisa Data	39
III.9. Prosedur Penelitian.....	39
III.10. Etika Penelitian	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
IV.1. Hasil Penelitian.....	43
IV.2. Pembahasan Kasus	50
IV.3. Keterbatasan Penelitian	57

BAB V PENUTUP.....	58
V.1. Kesimpulan.....	58
V.2. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA.....	61
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kadar Gula Darah untuk Menentukan Diagnosis DM.....	17
Tabel 2	Hasil Lab Kadar Darah untuk Diagnosis Prediabetes dan Diabetes	17
Tabel 3	Klasifikasi IMT/BMI Berdasarkan Standar WHO.....	22
Tabel 4	Luaran dan Intervensi Keperawatan	29
Tabel 5	Penelitian Terdahulu	32
Tabel 6	Definisi Operasional	36
Tabel 7	Analisis Univariat	39
Tabel 8	Observasi Status Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu (GDS)	48

DAFTAR BAGAN

Bagan 1	Pathway Diabetes.....	13
Bagan 2	Rumus IMT/BMI	22
Bagan 3	Kerangka Teori	31
Bagan 4	Alur Prosedur Penelitian	41
Bagan 5	Kurva Gula Darah	56

DAFTAR SINGKATAN

ACKD	: <i>Acquired Cystic Kidney Disease</i>
ADA	: <i>American Diabetes Association</i>
AGI	: <i>Alpha Glucosidase Inhibitor</i>
AIDS	: <i>Acquired Immunodeficiency Syndrome</i>
AKI	: <i>Acute Kidney Injury</i>
APD	: <i>Alat Pelindung Diri</i>
b.d	: berhubungan dengan
BAB	: <i>Buang Air Besar</i>
BAK	: <i>Buang Air Kecil</i>
BB	: <i>Berat Badan</i>
BBLR	: <i>Berat Badan Lahir Rendah</i>
BMI	: <i>Body Mass Indeks</i>
C-Peptide	: <i>Connecting Peptide</i>
CMV	: <i>Cytomegalovirus</i>
CRF	: <i>Corticotropin Releasing Factor</i>
CRS	: <i>Congenital Rubella Syndrome</i>
CRT	: <i>Capillary Refill Time</i>
d.d	: ditandai dengan
DM	: <i>Diabetes Melitus</i>
DMG	: <i>Diabetes Melitus Gestasional</i>
DO	: <i>Data Objektif</i>
DS	: <i>Data Subjektif</i>
Dx	: <i>Diagnosis Keperawatan</i>
EKG	: <i>Elektrokardiogram</i>
FIKES	: <i>Fakultas Ilmu Kesehatan</i>
GCS	: <i>Glasgow Coma Scale</i>
GDS	: <i>Gula Darah Sewaktu</i>
GDP	: <i>Gula Darah Puasa</i>
GDPP	: <i>Gula Darah Postprandial</i>
GDPT	: <i>Gula Darah Puasa Terganggu</i>
GLP-1 RA	: <i>Glucagon Like-Peptide-1 Receptor Agonist</i>
Ha	: <i>Hipotesis Alternatif</i>
HbA1c	: <i>Hemoglobin A1c</i>
HGP	: <i>Hepatic Glucose Production</i>
HHS	: <i>Hyperosmolar Hyperglycemic State</i>
HIV	: <i>Human Immunodeficiency Virus</i>
Ho	: <i>Hipotesis Nol</i>
IDF	: <i>International Diabetes Federation</i>
IGD	: <i>Instalasi Gawat Darurat</i>
IMT	: <i>Indeks Massa Tubuh</i>
IRT	: <i>Ibu Rumah Tangga</i>
ISK	: <i>Infeksi Saluran Kemih</i>
IV	: <i>Intravena</i>
IVFD	: <i>Intravenous Fluid Drops</i>
KAD	: <i>Ketoasidosis Diabetik</i>

Kaprodi	: Kepala Program Studi
Kemendes	: Kementerian Kesehatan
Kg	: Kilogram
Kg/m ²	: Kilogram per meter persegi
KTI	: Karya Tulis Ilmiah
LDL	: <i>Low-Density Lipoprotein</i>
Mg/dl	: Miligram per desiliter
MmHg	: <i>Millimeters of mercury (Hydrargyrum)</i>
NAPZA	: Narkoba, Psikotropika, dan Zat Adiktif
NGT	: <i>Nasogastric Tube</i>
NS	: Natrium Chloride atau Sodium Chloride
OAD	: Obat Anti Diabetes
OGT	: <i>Orogastric Tube</i>
OHO	: Obat Hipoglikemik Oral
Perkeni	: Perkumpulan Endokrinologi Indonesia
PGDS	: Pemantauan Glukosa Darah Sendiri
PJK	: Penyakit Jantung Koroner
PO	: Peroral
POMC	: <i>Pro-opiomelanocortin</i>
PPNI	: Persatuan Perawat Nasional Indonesia
PTM	: Penyakit Tidak Menular
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
RM	: Rekam Medis
RS	: Rumah Sakit
RSU	: Rumah Sakit Umum
RSUD	: Rumah Sakit Umum Daerah
SDKI	: Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia
Sel β	: Sel Beta
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standar Luaran Keperawatan Indonesia
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SMRS	: Sebelum Masuk Rumah Sakit
SOAP	: <i>Subjective, Objective, Assessment, Plan</i>
SOP	: Standar Operasional Prosedur
TB	: Tinggi Badan
TB Paru	: Tuberkulosis Paru
TD, N, P, S	: Tekanan Darah, Nadi, Pernapasan, Suhu
TGT	: Toleransi Glukosa Terganggu
TIK	: Tekanan Intrakranial
TPM	: Tetes per menit
TTV	: Tanda-tanda Vital
TZD	: <i>Thiazolidinedione</i>
UPN	: Universitas Pembangunan Nasional
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data
Lampiran 2	Surat Jawaban Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data
Lampiran 3	Lembar Penjelasan Penelitian
Lampiran 4	Lembar Persetujuan/Informed Consent
Lampiran 5	Instrumen Informasi Umum Responden
Lampiran 6	Standar Operasional Prosedur (SOP)
Lampiran 7	Instrumen Observasi
Lampiran 8	Media Edukasi Kesehatan
Lampiran 9	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 10	Lembar Monitoring Bimbingan
Lampiran 11	Formulir Pendaftaran Ujian Sidang
Lampiran 12	Lembar Persetujuan Ujian Sidang
Lampiran 13	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 14	Hasil Uji Turnitin