

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE II MELALUI PENERAPAN TERAPI RELAKSASI BENSON UNTUK MENGATASI KECEMASAN DAN HARGA DIRI RENDAH

Earlyza Keirani Utomo

Abstrak

Diabetes Melitus (DM) Tipe II merupakan penyakit kronis dengan tingkat morbiditas dan mortalitas yang tinggi. Penderita DM Tipe II harus mematuhi pengobatan serta berbagai program perawatan untuk menjaga kestabilan gula darah tubuh dalam jangka waktu yang panjang untuk mencegah terjadinya penyakit komplikasi. Hal ini sering kali membuat penderita DM Tipe II mengalami kecemasan dan harga diri rendah. Tujuan dari karya ilmiah ini adalah menganalisis penerapan asuhan keperawatan secara komprehensif melalui penerapan terapi Benson dalam menurunkan kecemasan dan meningkatkan harga diri pada penderita DM Tipe II. Pendekatan dilakukan melalui studi kasus dengan dua penderita DM Tipe II yang memiliki rasa cemas serta harga diri rendah. Tingkat kecemasan diukur dengan *Self-Rating Anxiety Scale* yang dikembangkan oleh William W. K. Zung dan sudah teruji validitas serta reabilitasnya. Tingkat harga diri rendah diukur dengan *Self-Esteem Scale*. Setelah intervensi, tingkat kecemasan kedua klien menunjukkan penurunan serta mengalami peningkatan pada harga diri. Kedua klien mampu untuk menerapkan terapi relaksasi benson secara mandiri pada akhir sesi terapi. Asuhan keperawatan nonfarmakologis terapi relaksasi benson terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan serta harga diri rendah bagi penderita DM Tipe II.

Kata Kunci : Diabetes Melitus Tipe II, Relaksasi Benson, Kecemasan, Harga Diri Rendah.

ANALYSIS OF NURSING CARE FOR TYPE II DIABETES MELLITUS PATIENTS THROUGH THE APPLICATION OF BENSON RELAXATION THERAPY TO OVERCOME ANXIETY AND LOW SELF-ESTEEM

Earlyza Keirani Utomo

Abstract

Type II Diabetes Mellitus (DM) is a chronic disease with high morbidity and mortality rates. Type II DM patients must adhere to medication and various care programs to maintain long-term blood sugar stability and prevent the occurrence of complication diseases. This often causes Type II DM patients to experience anxiety and low self-esteem. The objective of this scientific work is to analyze the comprehensive application of nursing care through the implementation of Benson's therapy in reducing anxiety and improving self-esteem in Type II DM patients. The approach is conducted through case studies with two Type II DM patients who have anxiety and low self-esteem. The level of anxiety was measured using the SelfRating Anxiety Scale developed by William W. K. Zung, which has been tested for validity and reliability. The low self-esteem level was measured using the SelfEsteem Scale. After the intervention, the anxiety levels of both clients showed a decrease and there was an increase in their self-esteem. Both clients were able to independently apply Benson's relaxation therapy by the end of the therapy session. Non-pharmacological nursing care using Benson's relaxation therapy has been proven to reduce anxiety levels and low self-esteem in Type II DM patients.

Keywords : Type II Diabetes Mellitus, Benson Relaxation, Anxiety, Low SelfEsteem.