



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

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

EARLYZA KEIRANI UTOMO

2410721042

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2025**



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

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners

EARLYZA KEIRANI UTOMO

2410721042

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Earlyza Keirani Utomo
NIM : 2410721042
Tanggal : 16 Mei 2025

Bila mana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 16 Mei 2025

Yang Menyatakan,



(Earlyza Keirani Utomo)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta,
saya yang bertanda tangan dibawah ini:

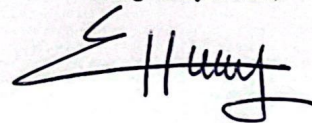
Nama : Earlyza Keirani Utomo
NIM : 2410721042
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi Pembangunan Ilmu Pengetahuan, Menyetujui Untuk Memberikan Kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-Exclusive Royalti Free Right*) Atas Karya Ilmiah Saya Yang Berjudul : **Analisis Asuhan Keperawatan Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II Melalui Penerapan Terapi Relaksasi Benson Untuk Mengatasi Kecemasan Dan Harga Diri Rendah. 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 Artikel Ilmiah 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 : 14 Mei 2025

Yang menyatakan,



(Earlyza Keirani Utomo)

PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh:

Nama : Earlyza Keirani Utomo
NIM : 2410721042
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Judul Karya Ilmiah : Analisis Asuhan Keperawatan Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II Melalui Penerapan Terapi Relaksasi Benson Untuk Mengatasi Kecemasan Dan Harga Diri Rendah.

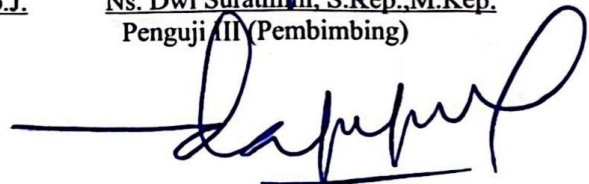
Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.



Ns. Duma Lumba Tobing, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J.
Ketua Penguji



Ns. Dwi Suratmini, S.Kep., M.Kep.
Penguji II (Pembimbing)



Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S.
Koordinator Program Studi
Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Seminar : 16 Mei 2025

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 reliabilitasnya. 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 Self-Rating 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 Self-Esteem 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 Self-Esteem.

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji serta syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II Melalui Penerapan Terapi Relaksasi Benson Untuk Mengatasi Kecemasan Dan Harga Diri Rendah”. Penulis menyadari bahwa sepenuhnya penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini jauh dari kata sempurna. Terimakasih Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ns. Desmawati, M.Kep., Sp.Kep, Mat, PhD, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UPN “Veteran” Jakarta, Ns. Cut Sarida Pompey, M.N.S., selaku Kepala Jurusan Keperawatan, penulis mengucapkan terimakasih kepada Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep, Sp.Kep. J selaku Penguji 1, kepada Ns. Raphita Diorarta, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep. J Penguji 2, Penulis secara khusus mengucapkan terimakasih kepada ibu Ns. Dwi Suratmini, M.Kep. selaku Dosen pembimbing yang telah memberikan waktu dalam membimbing penulis dan memberikan arahan dalam proses penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

Disamping itu, penulis ucapan terima kasih juga disampaikan kepada keluarga besar penulis yang telah memberikan penulis semangat serta doa. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada teman-teman angkatan 2025 Profesi Ners, serta orang terdekat yang telah mendukung dan selalu memberikan semangat kepada penulis untuk dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

Jakarta, 14 Mei 2025

Penulis,



(Earlyza Keirani Utomo)

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	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR SINGKATAN	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Tujuan Penelitian	7
I.3 Manfaat Penelitian	8
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 9
II.1 Konsep Diabetes Melitus	9
II.2 Konsep Kecemasan	23
II.3 Harga Diri Rendah	30
II.4 Terapi Relaksasi Benson.....	38
 BAB III GAMBARAN KASUS KELOLAAN	 46
III.1 Kasus Kelolaan Utama.....	46
III.2 Kasus Kelolaan Resume	75
 BAB IV PEMBAHASAN.....	 103
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan	103
IV.2 Analisis Penerapan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti	114
IV.3 Implikasi	117
 BAB V PENUTUP.....	 118
V.1 Kesimpulan	118
V.2 Saran	119
 DAFTAR PUSTAKA	 121
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Analisa Data Pasien Kelolaan Utama.....	59
Tabel 2	Rencana Keperawatan	60
Tabel 3	Tindakan Keperawatan.....	63
Tabel 4	Tindakan Keperawatan Inovasi	69
Tabel 5	Analisa Data Pasien Kelolaan Resume.....	81
Tabel 6	Rencana Keperawatan	83
Tabel 7	Tindakan Keperawatan	86
Tabel 8	Tindakan Keperawatan Inovasi	94
Tabel 9	Hasil Intervensi Pasien Kelolaan Utama	97
Tabel 10	Hasil Intervensi Pasien Kelolaan Resume	98
Tabel 11	Hasil Kuesioner	113

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Genogram Pasien Kelolaan	52
Gambar 2	Genogram Pasien Kelolaan Resume	74

DAFTAR SINGKATAN

DM	: Diabetes Melitus
IMT	: Indeks Masa Tubuh
BBR	: Berat Badan Relatif
DSM-5-TR)	: <i>Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders</i> edisi ke-5 teks revisi
OAD	: Oral Anti diabetes
OHO	: Obat Hipoglikemik Oral
GCS	: <i>Glasgow Coma Scale</i>
TIK	: Tekanan Intra Kranial
BAB	: Buang Air Besar
BAK	: Buang Air kecil
CRT	: <i>Capillary Refil Time</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Persetujuan Judul
Lampiran 2	Lembar Persetujuan Sidang
Lampiran 3	Lembar Monitoring Bimbingan
Lampiran 4	Lembar Kuesioner
Lampiran 5	Lembar SOP
Lampiran 6	Dokumentasi
Lampiran 7	Lembar Hak Cipta
Lampiran 8	Buku Panduan Terapi
Lampiran 9	Lembar Bebas Plagiarisme
Lampiran 10	Lembar Hasil Turnitin