

**GAMBARAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES
MELITUS TIPE 2 SETELAH DILAKUKAN TINDAKAN
*SLOW DEEP BREATHING EXERCISE***

KARYA TULIS ILMIAH



Disusun Oleh:

KHARIESMA PUTRI APRILIANI

NIM. P2.06.20.1.19.058

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
TASIKMALAYA
2022**

**GAMBARAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES
MELITUS TIPE 2 SETELAH DILAKUKAN TINDAKAN
*SLOW DEEP BREATHING EXERCISE***

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan dalam rangka memenuhi tugas mata kuliah karya tulis dan sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan program Pendidikan DIII Keperawatan Pada Program Studi Keperawatan Tasikmalaya



Disusun Oleh:

KHARIESMA PUTRI APRILIANI

NIM. P2.06.20.1.19.058

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
TASIKMALAYA
2022**

LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL : GAMBARAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN
DIABETES MELITUS TIPE 2 SETELAH DILAKUKAN
TINDAKAN SLOW DEEP BREATHING EXERCISE**

**PENYUSUN : KHARIESMA PUTRI APRILIANI
NIM : P2.06.20.1.19.058**

Karya Tulis Ilmiah ini telah diujikan dan dipertanggungjawabkan
Pada tanggal 22 Juni 2022

**Penguji,
Ketua**



Ida Rosdiana, M.Kep., Ns. Sp.Kep.MB
NIP. 197708272002122001

Anggota



Arip Rahman, S.ST., M.Tr.Kep
NIP. 198511022010121001

Mengetahui,
Ketua Jurusan Keperawatan
Tasikmalaya



Dudi Hartono, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 197105121992031002

Anggota



Yanti Cahyati, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 197605251998032001

Disahkan oleh,
Ketua Program Studi DIII
Keperawatan Tasikmalaya



Lia Herliana, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 197304141997032001

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : **KHARIESMA PUTRI APRILIANI**
NIM : **P2.06.20.1.19.058**
Program Studi : **DIII Keperawatan Tasikmalaya**
Judul Karya Tulis Ilmiah : **GAMBARAN KADAR GULA DARAH**

PADA PASIEN DIABETES
MELITUS TIPE 2 SETELAH
DILAKUKAN TINDAKAN *SLOW*
DEEP BREATHING EXERCISE

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya tulis ilmiah yang saya susun ini benar – benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa karya tulis ini merupakan hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Tasikmalaya, 22Juni 2022

Yang Membuat Pernyataan,



KHARIESMA PUTRI A

NIM. P2.06.20.1.19.058

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan karunia-Nya, shalawat dan salam semoga selalu dilimpahkan kepada Rasulullah Muhammad SAW, atas izin limpahan rahmat dan hidayahnya, penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Gambaran Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Setelah Dilakukan Tindakan *Slow Deep Breathing Exercise*”.

Dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini penulis tidak terlepas dari bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Untuk itu, penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Ibu Hj. Ani Radiati R, S.Pd., M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Dudi Hartono, S.Kep, Ners, M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Lia Herlina, S.Kep, Ners, M.Kep, selaku ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
4. Ibu Ida Rosdiana, M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B selaku pembimbing 1 yang telah membimbing penulis dengan saran serta masukan selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini sehingga karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan.
5. Bapak Arip Rahman, M.Tr.Kep selaku pembimbing 2 yang telah memberikan masukan dan bimbingan sehingga karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan.

6. Seluruh staff Pendidikan dan dosen Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalani perkuliahan.
7. Kepada keluarga tercinta Ibu Diah Emilia Asmawati dan Kakak tersayang Ayu Nadea Lukman yang telah banyak memberikan dukungan dan bantuan baik itu secara moril dan materil maupun doa sehingga Tugas Akhir ini dapat terselesaikan.
8. Teman-teman angkatan 2019 Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya, khususnya kelas 3B yang saling memberikan dukungan dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.

Semoga Allah SWT melimpahkan karunia dan pahala untuk membalas kebaikan semuanya. Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan guna kesempurnaan karya tulis ilmiah ini. Semoga karya tulis ilmiah ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca, khususnya penulis serta dapat dijadikan sebagai acuan untuk melakukan penelitian.

Tasikmalaya, Maret 2022

Penulis

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA**

Khariesma Putri Apriliani¹

P2.06.20.1.19.058

Ida Rosdiana, M.Kep., Ns. Sp.Kep.M.B²

197708272002122001

Arip Rahman, M.Tr.Kep³

198511022010121001

**“Gambaran Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Setelah
Dilakukan Tindakan *Slow Deep Breathing Exercise*”**

ABSTRAK

Diabetes Melitus tipe 2 merupakan penyakit gangguan metabolisme kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah >200 (hiperglikemi) disebabkan karena adanya kegagalan sekresi insulin yang tidak adekuat. Pengendalian kadar gula darah pada penyakit diabetes juga dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Penanganan terapi non farmakologi untuk menurunkan kadar gula darah pada diabetes melitus tipe 2 melalui pendekatan terapi komplementer seperti terapi relaksasi. Salah satu terapi relaksasi yang dilakukan adalah *slow deep breathing exercise* yaitu terapi melakukan napas dalam, napas lambat dan menghembuskan napas secara perlahan untuk memberikan respon relaksasi. Tujuan dari penelitian ini untuk menggambarkan kadar gula darah pada pasien DM tipe 2 setelah dilakukan tindakan *slow deep breathing exercise*. Desain penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek studi kasus berjumlah 2 pasien kasus DM tipe 2 dengan masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah yang dirawat di ruang rawat inap Dahlia RSUD Ciamis. Pengukuran GDS dilakukan sebelum dan sesudah tindakan *slow deep breathing exercise* dengan durasi 2x dalam sehari dalam waktu 10 menit selama 3 hari sebelum pemberian terapi obat DM. Hasil studi kasus menunjukkan terjadi penurunan kadar glukosa darah setelah dilakukan intervensi *slow deep breathing exercise*. *Slow deep breathing exercise* terbukti dapat membantu menurunkan kadar gula darah sewaktu pada pasien. Latihan *slow deep breathing exercise* dapat dijadikan salah satu intervensi keperawatan dalam menurunkan kadar gula darah pada pasien DM tipe 2 dan dapat diaplikasikan dalam pelayanan kesehatan.

Kata kunci : DM tipe 2, Kadar Gula Darah, *Slow Deep Breathing Exercise*

**MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA**

Khariesma Putri Apriliani¹

P2.06.20.1.19.058

Ida Rosdiana, M.Kep., Ns. Sp.Kep.M.B²

197708272002122001

Arip Rahman, M.Tr.Kep³

198511022010121001

**"Overview of Blood Sugar Levels in Type 2 Diabetes Mellitus Patients After
Slow Deep Breathing Exercises"**

Abstract

Type 2 diabetes mellitus is a chronic metabolic disorder disease characterized by an increase in blood glucose levels > 200 (hyperglycemia) due to inadequate insulin secretion failure. Controlling blood glucose levels in diabetes can also be done with pharmacological therapy and non-pharmacological therapy. Handling non-pharmacological therapy to reduce blood sugar levels in type 2 diabetes mellitus through complementary therapeutic approaches such as relaxation therapy. One of the relaxation therapies that is carried out is a *slow deep breathing exercise*, namely the therapy of deep breathing, slow breathing, and exhaling slowly to provide a relaxation response. The purpose of this study was to describe blood sugar levels in type 2 DM patients after *slow deep breathing exercise* actions. The design of this research is descriptive and qualitative with a case study approach. The subjects of the case study were 2 patients with type 2 DM with the problem of unstable blood glucose levels who were treated in the Dahlia inpatient room, Ciamis Hospital. GDS measurements were carried out before and after the *slow deep breathing exercise* with a duration of 2x a day within 10 minutes for 3 days before administering DM drug therapy. The results of the case study showed a decrease in blood glucose levels after the *slow deep breathing exercise* intervention. *Slow deep breathing exercise* is proven to help lower blood sugar levels in patients. *Slow deep breathing exercises* can be used as a nursing intervention in reducing blood sugar levels in type 2 DM patients and can be applied in health services.

Keywords : Type 2 Diabetes Mellitus, Blood Sugar Level, *Slow Deep Breathing Exercise*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	
KATA PENGANTAR.....	4
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI.....	vii4
DAFTAR GAMBAR.....	xi
BAB 1 PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian.....	6
1. Tujuan Umum	6
2. Tujuan Khusus	6
D. Manfaat KTI.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
A. Tinjauan Teori.....	8
1. Konsep Diabetes Melitus (DM)	8
a. Definisi	8
b. Etiologi.....	9
c. Patofisiologi.....	12
d. Klasifikasi	Error! Bookmark not defined.
e. Manifestasi Klinis.....	Error! Bookmark not defined.
f. Komplikasi.....	Error! Bookmark not defined.
g. Pemeriksaan Penunjang.....	Error! Bookmark not defined.
h. Penatalaksanaan	Error! Bookmark not defined.
2. Konsep Asuhan Keperawatan Diabetes Melitus	26
3. Teknik <i>Slow Deep Breathing Exercise</i>	40
a. Pengertian Slow Deep Breathing Exercise.....	40
b. Mekanisme Teknik Slow Deep Breathing Exercise.....	41
c. Tujuan Teknik Slow Deep Breathing Exercise	42
d. Manfaat Teknik Slow Deep Breathing Exercise.....	43
B. Kerangka Teori	44

BAB III.....	Error! Bookmark not defined.5
METODOLOGI KARYA TULIS ILMIAH.....	45
A. Desain KTI.....	45
B. Subyek KTI.....	Error! Bookmark not defined.5
C. Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.5
D. Batasan Istilah (Definisi Konseptual)	Error! Bookmark not defined.
E. Lokasi dan Waktu	47
F. Prosedur Penulisan KTI	47
G. Teknik Pengumpulan Data.....	47
H. Instrumen dan Pengambilan Data	48
I. Etika Studi Kasus	49
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Hasil KTI.....	51
1. Gambaran Lokasi Penelitian	51
2. Karakteristik Responden	51
3. Nilai Kadar Gula Darah Sebelum dan Sesudah dilakukan intervensi	52
B. Pembahasan.....	54
1. Gambaran karakteristik responden.....	54
2. Gambaran Tahapan Pelaksanaan	57
3. Gambaran Kadar Gula Darah Pada Pasien DM Tipe 2 Setelah Dilakukan Tindakan Slow Deep Breathing Exercise	57
C. Keterbatasan Studi Kasus	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	60
A. Kesimpulan	60
B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1.....	20
Tabel 2.2.....	36
Tabel 4.1.....	52
Tabel 4.2.....	53

DAFTAR GAMBAR

B. Kerangka Teori.....	44
------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. *Informed Consent*

Lampiran 2. Lembar Observasi Pengukuran GDS

Lampiran 3. Standar Operasional Prosedur Slow Deep Breathing Exercise

Lampiran 4. Jadwal Kegiatan

Lampiran 5. Laporan Asuhan Keperawatan

Lampiran 6. Daftar Riwayat Hidup