

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA KELUARGA Tn. S DAN Tn. M
PENERAPAN *DIABETES SELF MANAGEMENT EDUCATION*
DAN MANAJEMEN STRES DENGAN RELAKSASI OTOT
PROGRESIF TERHADAP PENURUNAN GULA DARAH
DI PUSKESMAS TAMANSARI KOTA TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH



**Oleh :
NELA SINTIA
NIM. P2.06.20.12.0061**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
TASIKMALAYA
2023**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA KELUARGA Tn. S DAN Tn. M
PENERAPAN *DIABETES SELF MANAGEMENT EDUCATION*
DAN MANAJEMEN STRES DENGAN RELAKSASI OTOT
PROGRESIF TERHADAP PENURUNAN GULA DARAH
DI PUSKESMASTAMANSARI KOTA TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat
Untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
Pada program Studi Keperawatan
Tasikmalaya



Oleh :

NELA SINTIA

NIM. P2.06.20.12.0061

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
TASIKMALAYA
2023**

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat serta karunia-Nya sehingga proposal Tugas Akhir dengan “Asuhan Keperawatan Keluarga pada Tn. S dan Tn. M dengan Penerapan *Diabetes Self Management Education* dan Manajemen Stres Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya” dapat terselesaikan dengan baik. Proposal ini dapat terwujud atas bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, karenanya dengan segala kerendahan hati penulis sampaikan terimakasih kepada yang terhormat :

1. Ibu Hj. Ani Radiati, S.Pd, M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Dudi Hartono, S.Kep, Ners, M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Lia Herliana, S.Kep, Ners, M.Kep, selaku ketua Program Studi D III Keperawatan Poltekkes kemenkes Tasikmalaya.
4. Ibu Dr. Siti Badriah, M.Kep.,Ners,Sp.Kep.Kom selaku pembimbing 1 yang telah memberikan arahan dan bimbingan sehingga Proposal Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan.
5. Bapak Drs. Unang Arifin Hidayat, M.Kes selaku pembimbing 2 yang telah membimbing serta memotivasi penulis sehingga Proposal Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan.

6. Seluruh staff pendidikan di lingkungan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalani perkuliahan.
7. Kedua orangtua yang telah memberikan banyak dukungan baik moril maupun materi.
8. Adik dan keluarga yang selalu memberikan semangat serta dukungan selama penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah.
9. Hidayanti, Putri, Fitriyani dan Sonia yang selalu memberi dukungan dan menghibur penulis selama penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah.
10. Noni yang sama-sama memberikan semangat dan berdiskusi selama penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah.
11. Seluruh angkatan 28 B prodi D3 keperawatan yang selalu saling mendukung agar Proposal Karya Tulis Ilmiah ini selesai dengan baik.
12. Pihak-pihak terkait yang telah banyak membantu dan tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Hal ini tidak luput dari keterbatasan maupun kekurangan penulis dalam kemampuan dan pengalaman yang dimiliki penulis.

Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk menjadikan Karya Tulis Ilmiah ini lebih baik dan bermanfaat di kemudian hari.

Tasikmalaya, Mei 2023

Penulis

ABSTRAK

Asuhan Keperawatan Pada Keluarga Tn. S dan Tn. M Penerapan *Diabetes Self Management Education* dan Manajemen Stres dengan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Gula Darah di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya

Nela Sintia P2.06.20.12.0061¹

Dr. Siti Badriah, M.Kep.,Ns.,SpKep.Kom²

Drs. Unang Arifin Hidayat, M.Kes³

Diabetes mellitus merupakan penyakit kronis progresif yang diakibatkan dari gangguan hormonal dimana pankreas tidak mampu memproduksi insulin secara cukup dalam tubuh. Angka kejadian diabetes mellitus di Indonesia terus mengalami peningkatan. Kejadian diabetes mellitus di kota Tasikmalaya lebih rendah dari angka kejadian se- Jawa Barat hal tersebut dapat menyebabkan komplikasi apabila tidak dirawat dengan baik. Tujuan penelitian karya tulis ilmiah ini adalah mengetahui gambaran penerapan *Diabetes Self Management Education* dan Manajemen Stres dengan Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan Gula Darah. Jenis desain karya tulis ilmiah ini adalah deskriptif kualitatif yang berbentuk studi kasus. Subyek karya tulis ilmiah ini adalah dua keluarga dengan anggota keluarga yang mengalami diabetes mellitus. Proses asuhan keperawatan dilaksanakan sejak tanggal 10 April-17 April 2023. Masalah keperawatan keluarga yang muncul adalah manajemen kesehatan keluarga tidak efektif. Strategi intervensi yang dilakukan adalah *Diabetes Self Management Education* yang mengintegrasikan lima pilar penatalaksanaan diabetes mellitus menggunakan media leaflet serta Relaksasi Otot Progresif yang diintegrasikan dengan melakukan pendemonstrasian. Hasil evaluasi dari kedua intervensi tersebut terdapat peningkatan pengetahuan, sikap dan keterampilan pada dua keluarga namun perubahannya tidak signifikan karena dipengaruhi dari beberapa faktor diantaranya usia, pendidikan dan waktu pelaksanaan, dan terjadi penurunan gula darah yang signifikan setelah dilaksanakan intervensi pada kedua keluarga. Kesimpulan terdapat peningkatan pada aspek pengetahuan, sikap dan keterampilan serta terdapat penurunan dalam kadar gula darah, dengan tingkat kemandirian keluarga berada di tingkat 2. Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat menjadi dasar pemikiran dan perbandingan dalam pembelajaran mata kuliah keperawatan keluarga, serta menjadi bahan pertimbangan untuk meningkatkan program puskesmas dalam pengendalian penyakit tidak menular di wilayah Tamansari, keluarga mampu bersikap dan meningkatkan keterampilan sesuai dengan pengetahuan yang diperoleh.

Kata Kunci : Diabetes Mellitus, Kemampuan, Penurunan, *Diabetes Self Management*

Education, Relaksasi Otot Progresif

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya¹²³

ABSTRACT

Nursing Care in the Family Mr. S and Mr. M Application of Diabetes Self Management Education and Stress Management with Progressive Muscle Relaxation Against Decreased Blood Sugar at Tamansari Health Center, Tasikmalaya City

Nela Sintia P2.06.20.12.0061¹

Dr. Siti Badriah, M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.Kom²

Drs. Unang Arifin Hidayat, M. Kes³

Diabetes mellitus is a progressive chronic disease that results from hormonal disturbances in which the pancreas is unable to produce enough insulin in the body. The incidence of diabetes mellitus in Indonesia continues to increase. The incidence of diabetes mellitus in the city of Tasikmalaya is lower than the incidence in West Java, but this can cause complications if not treated properly. The research objective of this scientific paper is to find out the description of the implementation of Diabetes Self Management Education and Stress Management with Progressive Muscle Relaxation on Decreased Blood Sugar. This type of scientific writing design is descriptive qualitative in the form of a case study. The subjects of this scientific paper are two families with family members who have diabetes mellitus. The nursing care process was carried out from 10 April to 17 April 2023. The problem with family nursing that emerged was that family health management was ineffective. The intervention strategy used is Diabetes Self Management Education which integrates the five pillars of diabetes mellitus management using leaflets and Progressive Muscle Relaxation which is integrated with demonstrations. The results of the evaluation of the two interventions showed an increase in knowledge, attitudes and skills in two families but the change was not significant because it was influenced by several factors including age, education and time of implementation, and there was a significant decrease in blood sugar after the intervention was carried out in both families, with the level of family independence at level 2. In conclusion, there is an increase in aspects of knowledge, attitudes skills and there is a decrease in blood sugar levels. It is hoped that this scientific paper can serve as a basis for thinking and comparisons in learning family nursing courses, as well as being taken into consideration for improving the puskesmas program in controlling non-communicable diseases in the Tamansari area, so that families are able to behave and improve their skills according to the knowledge gained.

Keywords: Diabetes Mellitus, Ability, Decline, Diabetes Self Management Education, Progressive Muscle Relaxation

*Ministry of Health of the Republic of Indonesia
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya¹²³*

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR SKEMA.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.2 Tujuan Penulisan.....	6
1.3 Manfaat Karya Tulis Ilmiah.....	7
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Konsep Biomedis	9
2.2 Konsep Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Diabetes Mellitus	22
2.3 <i>Diabetes Self Management</i> (DSME).....	36
2.5 Kerangka Teori	40
BAB III	41
METODOLOGI PENELITIAN.....	41
3.1 Desain Karya Tulis Ilmiah.....	41

3.2	Subyek Karya Tulis Ilmiah	41
3.3	Definisi Operasional/ Batasan Istilah.....	42
3.4	Lokasi dan waktu	44
3.5	Prosedur Penyusunan	44
3.6	Teknik Pengumpulan Data.....	45
3.7	Instrumen Pengumpulan Data.....	46
3.8	Keabsahan Data	47
3.9	Analisa data.....	48
3.10	Etika Penelitian	48
BAB IV		50
HASIL KTI DAN PEMBAHASAN		50
4.1	Hasil Studi kasus.....	50
4.2	Pembahasan.....	65
4.3	Keterbatasan.....	75
4.4	Implikasi	75
BAB V.....		77
PENUTUP.....		77
5.1	Kesimpulan	77
5.2	Saran	78
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN-LAMPIRAN		

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Anatomi Pankreas	16
-----------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tingkat Kemandirian Keluarga.....	33
Tabel 2.2 Prioritas Masalah Keperawatan	35
Tabel 4.1 Pengkajian Tahap 1 dan 2	50
Tabel 4.2 Kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga dengan manajemen kesehatan keluarga tidak efektif setelah dilakukan intervensi <i>Diabetes Self Management Educatian</i> dan Relaksasi Otot Progresif.....	59

DAFTAR SKEMA

2.1 Kerangka Teori	44
--------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Penjelasan sebelum pelaksanaan KTI*
- Lampiran 2 : Informed Consent Partisipan 1*
- Lampiran 3 : Informed Consent Partisipan 2*
- Lampiran 4 : Pedoman Wawancara*
- Lampiran 5 : Standar Operasional DSME*
- Lampiran 6 : Satuan Acara penyuluhan*
- Lampiran 7 : Leaflet*
- Lampiran 8 : Instrumen HARS*
- Lampiran 9 : Standar Operasional Relaksasi Otot Progresif*
- Lampiran 10 : Lembar Observasi Relaksasi Otot Progresif*
- Lampiran 11 : Dokumentasi*
- Lampiran 12 : Lembar Bimbingan*
- Lampiran 13 : Daftar Riwayat Hidup*