

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DM TIPE II  
DENGAN TINDAKAN RELAKSASI AUTOGENIK  
UNTUK MENURUNKAN GLUKOSA DARAH  
DI RUANGAN DIPONEGORO  
RSUD ARJAWINANGUN**

**KARYA TULIS ILMIAH**



**Oleh :**

**SINTA INTAN WULANDARI**  
NIM. P2.06.20.22.0035

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

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DM TIPE II  
DENGAN TINDAKAN RELAKSASI AUTOGENIK  
UNTUK MENURUNKAN GLUKOSA DARAH  
DI RUANGAN DIPONEGORO  
RSUD ARJAWINANGUN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat  
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan  
Pada Program Studi Keperawatan  
Cirebon



**Oleh :**  
**SINTA INTAN WULANDARI**  
NIM. P2.06.20.22.0035

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

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, yang telah memberikan nikmat sehat wal'afiat, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul "Asuhan Keperawatan pada pasien DM Tipe II dengan tindakan relaksasi autogenik untuk menurunkan glukosa darah di ruangan Diponegoro RSUD Arjawinangun ".

Penyusunan karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan atas kerja keras penulis serta arahan, bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak yang telah memberikan dukungan. Karena itu, pada kesempatan ini penulis ucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Hj. Ani Radiati, S.Pd, M.Kes, Direktur Politeknik Kesehatan Tasikmalaya.
2. Dudi Hartono, S.Kep, Ns, M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Tasikmalaya.
3. Edi Ruhmadi, S.Kep, M.Kes, selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Cirebon dan Dosen pendamping utama yang telah memberikan arahan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Tifanny Gita Sesaria, S.Kp, Ns, M.Kep, selaku Dosen pembimbing utama yang telah memberikan dukungan, arahan, bimbingan dan motivasi dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Agus Nurdin, S.Kp, M.Kep, selaku Dosen pembimbing 2 yang telah memberikan dukungan, arahan, bimbingan dan motivasi dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini
6. CI Ruangan dan seluruh Staff Unit Rawat Inap Diponegoro, RSUD Arjawinangun Kabupaten Cirebon.
7. Keluarga saya khususnya orang tua, dan kakak yang selalu memberikan semangat, dukungan, motivasi serta do'a.
8. Sahabat saya, khususnya Diinaar Nur Aisyah, Dinda Anggita, Rosmaria Putri, Hanisa Marliyanah, Feebi Framesty dan Amalia Fadhillah yang senantiasa

menemani saya, menasihati, memotivasi, serta mendengarkan keluh kesah saya selama pengerjaan Karya Tulis Ilmiah.

9. Rekan-rekan Civitas Akademika Poltekkes Tasikmalaya Kampus Cirebon, khususnya keluarga besar Vertebra'80 DIII Keperawatan Cirebon.
10. Kepada *Boy Group* NCT dan *SEVENTEEN* khususnya Renjun, Na Jaemin, Yoon Jeonghan, serta Hong Jisoo yang selalu menginspirasi dan menghibur, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
11. Dan seluruh pihak yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih terdapat kekurangan. Penulis mengharapkan saran dan kritik terkhusus bagi pembaca untuk meningkatkan kualitas karya tulis ilmiah dan semoga dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan serta bermanfaat untuk semua pihak.

Cirebon, 07 Maret 2023

Penulis

Asuhan Keperawatan Pada Pasien DM Tipe II Dengan  
Tindakan Relaksasi Autogenik Untuk Menurunkan Glukosa Darah  
Di Ruang Diponegoro RSUD Arjawinangun

Sinta Intan Wulandari<sup>1</sup>. Tiffany Gita Sesaria, S. Kep. Ns. M.Kep<sup>2</sup>. Agus Nurdin,  
S.Kp, M.Kep<sup>3</sup>

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** DM tipe 2 disebabkan oleh resistensi insulin, sehingga insulin tidak dapat bekerja secara optimal dan terjadi ketidakstabilan kadar glukosa dalam darah. Pengontrolan kadar glukosa darah selain dengan manajemen diabetes adalah teknik relaksasi autogenik. Teknik relaksasi autogenik dilakukan dengan gerakan kontrol yang lebih sederhana daripada teknik relaksasi lainnya, yang dapat dilakukan dalam 15-20 menit sambil berbaring, duduk di kursi atau duduk telentang, dan memungkinkan klien melakukannya di mana saja. **Tujuan :** Mengetahui gambaran umum, pengaruh relaksasi, dan mengidentifikasi perbedaan respon dua pasien dengan DM Tipe 2 yang telah diberikan terapi relaksasi autogenik. **Metode :** Desain karya tulis ilmiah yang akan digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada dua subjek pasien DM Tipe II dengan teknik penyelesaian asuhan keperawatan dengan masalah Ketidakstabilan kadar glukosa darah yang dilakukan relaksasi autogenik selama 5 hari. **Hasil :** pengkajian pada dua pasien dengan diagnosa ketidakstabilan kadar gula darah berhubungan dengan gangguan glukosa darah puasa setelah dilakukan asuhan keperawatan selama 5 hari masalah dapat teratasi. Selain pemberian insulin dan medikasi lain untuk mengurangi gejala pada ketidakstabilan glukosa darah sesuai anjuran dokter, dilakukan juga relaksasi autogenik sebanyak 2x pada saat pagi (09.00) dan sore (16.00) selama 15 menit. Respon pasien mengatakan merasa rileks dan pusing berkurang, gula darah puasa pasien menurun dari 298 mg/dl menjadi 89 mg/dl dan dari 307 mg/dl menjadi 120 mg/dl. **Kesimpulan :** setelah dilakukan intervensi relaksasi autogenik selama 5 hari, terdapat penurunan kadar glukosa darah dari 298 mg/dl menjadi 89 mg/dl dan dari 307 menjadi 120 mg/dl. **Saran :** Dapat menjadikan relaksasi autogenik sebagai salah satu intervensi keperawatan mandiri dalam mengatasi masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien DM Tipe II.  
Kata Kunci : Diabetes Melitus, Relaksasi Autogenik, Glukosa Darah

---

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi D III Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, <sup>2</sup>Pembimbing 1, <sup>3</sup>Pembimbing 2

Nursing care for type II DM patients with  
autogenic relaxation measures to lower blood glucose in the  
Diponegoro room of Arjawinangun Hospital

Sinta Intan Wulandari<sup>1</sup>. Tifanny Gita Sesaria, S. Kep. Ns. M.Kep<sup>2</sup>. Agus Nurdin,  
S.Kp, M.Kep<sup>3</sup>

**ABSTRACT**

**Background** : Type 2 diabetes is caused by insulin resistance, so insulin cannot work optimally and there is instability of glucose levels in the blood. Controlling blood glucose levels in addition to diabetes management is an autogenic relaxation technique. Autogenic relaxation techniques are performed with simpler control movements than other relaxation techniques, which can be performed in 15-20 minutes while lying down, sitting in a chair or sitting on their backs, and allow the client to do them anywhere. **Objective** : Know the general description, effect of relaxation, and identify differences in response of two patients with Type 2 DM who have been given autogenic relaxation therapy. **Method** : The design of the scientific paper to be used is qualitative with a case study approach on two subjects of Type II DM patients with nursing care completion techniques with problems Instability of blood glucose levels carried out autogenic relaxation for 5 days **Results** : assessment in two patients with a diagnosis of instability of blood sugar levels associated with fasting blood glucose disorders after nursing care for 5 days problems can be resolved. In addition to giving insulin and other medications to reduce symptoms of blood glucose instability as recommended by a doctor, autogenic relaxation is also carried out 2x in the morning (09.00) and evening (16.00) for 15 minutes. The patient's response said feeling relaxed and dizzy reduced, the patient's fasting blood sugar decreased from 298 mg / dl to 89 mg / dl and from 307 mg / dl to 120 mg / dl. **Conclusion** : after an autogenic relaxation intervention for 5 days, there was a decrease in blood glucose levels from 298 mg / dl to 89 mg / dl and from 307 to 120 mg / dl. **Suggestion** : Can make autogenic relaxation as one of the independent nursing interventions in overcoming the problem of instability of blood glux levels in Type II DM patients.  
Keywords : Diabetes Melitus, Autogenic Relaxation, Blood Glucose

---

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi D III Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes  
Tasikmalaya, <sup>2</sup>Pembimbing 1, <sup>3</sup>Pembimbing 2

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
ABSTRAK .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR BAGAN .....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan.....	5
1.3.1 Tujuan Umum .....	5
1.3.2 Tujuan Khusus .....	5
1.4 Manfaat.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	6
1.4.2 Manfaat Praktik .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Konsep Dasar Penyakit Diabetes Melitus .....	7
2.1.1 Definisi Diabetes Melitus.....	7
2.1.2 Etiologi Diabetes Melitus.....	7
2.1.3 Manifestasi Klinis Diabetes Melitus .....	12
2.1.4 Klasifikasi Diabetes Melitus .....	13
2.1.5 Pathway Diabetes Melitus.....	14
2.1.6 Komplikasi Diabetes Melitus.....	15

2.1.7	Penatalaksanaan Diabetes Melitus .....	15
2.1.8	Pemeriksaan Diagnostik Diabetes Melitus.....	21
2.2	Asuhan Keperawatan Dengan Diabetes Melitus .....	23
2.2.1	Pengkajian Keperawatan .....	23
2.2.2	Diagnosa Keperawatan.....	27
2.2.3	Intervensi Keperawatan.....	29
2.2.4	Implementasi Keperawatan .....	39
2.2.5	Evaluasi Keperawatan .....	39
2.3	Konsep Dasar Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah.....	39
2.3.1	Pengertian Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah.....	39
2.3.2	Faktor Penyebab Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah.....	40
2.3.3	Tanda dan Gejala Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah.....	40
2.3.4	Penatalaksanaan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah .....	41
2.4	Konsep Dasar Relaksasi Autogenik .....	42
2.4.1	Definisi Relaksasi Autogenik.....	42
2.4.2	Indikasi Terapi Relaksasi Autogenik .....	43
2.4.3	Langkah-langkah Relaksasi Autogenik.....	44
2.4.4	Mekanisme Relaksasi Autogenik.....	47
2.5	Kerangka Teori dan Kerangka Konsep .....	49
4.8.1	Kerangka Teori.....	49
2.5.2	Kerangka Konsep .....	50
<b>BAB III METODE KARYA TULIS ILMIAH.....</b>		<b>51</b>
3.1	Desain Karya Tulis Ilmiah .....	51
3.2	Subyek Karya Tulis Ilmiah.....	51
3.3	Definisi Operasional.....	52
3.4	Lokasi dan Waktu.....	53
3.5	Prosedur Penyusunan Karya Tulis Ilmiah .....	53
3.6	Teknik Pengumpulan Data .....	55
3.7	Instrumen Pengumpulan Data .....	56
3.8	Keabsahan Data .....	56
3.9	Analisis Data .....	57



3.10	Etika Penelitian .....	57
BAB IV HASIL KARYA TULIS ILMIAH DAN PEMBAHASAN .....		59
4.1	Hasil Karya Tulis Ilmiah .....	59
4.2	Pembahasan .....	71
4.3	Keterbatasan .....	78
4.4	Implikasi .....	78
BAB V PENUTUP .....		80
5.1	Kesimpulan .....	80
5.2	Saran .....	81
DAFTAR PUSTAKA .....		83
LAMPIRAN .....		87

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1 Intervensi Keperawatan.....	30
Tabel 2 Standar Operasional Prosedur Relaksasi Autogenik.....	44
Tabel 3 Definisi Operasional .....	52
Tabel 4 Prosedur Penyusunan Karya Tulis Ilmiah.....	53
Tabel 5 Instrumen Pengumpulan Data .....	56
Tabel 6 Hasil Pengkajian Pasien Sebelum Dilakukan Intervensi .....	60
Tabel 7 Observasi Kadar Glukosa Parah Puasa .....	69
Tabel 8 Hasil Observasi Penurunan Kadar Glukosa Darah Puasa.....	70

## DAFTAR BAGAN

Bagan 1 Pathway.....	14
Bagan 2 Kerangka Teori .....	49
Bagan 3 Kerangka Konsep.....	50

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kriteria Diabetes, Prediabetes, dan Normal .....	22
---	----

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Lembar Konsultasi Bimbingan
- Lampiran 2 Penjelasan Sebelum Pelaksanaan KTI / TA
- Lampiran 3 Informed Consent
- Lampiran 4 Lembar Asuhan Keperawatan
- Lampiran 5 Standar Operasional Prosedur Relaksasi Autogenik
- Lampiran 6 Lembar Observasi Kegiatan Relaksasi Autogenik
- Lampiran 7 Lembar Observasi Kadar Glukosa Darah
- Lampiran 8 SAP Edukasi Diet Diabetes Melitus
- Lampiran 9 SAP Edukasi Penyakit Diabetes Melitus
- Lampiran 10 Leaflet Edukasi Diet Diabetes Melitus
- Lampiran 11 Leaflet Edukasi Penyakit Diabetes Melitus
- Lampiran 12 Lembar Leaflet Relaksasi Autogenik
- Lampiran 13 Data Diri Penulis

.