



SKRIPSI

**PENGARUH RELAKSASI BENSON DAN LANTUNAN ASMAUL
HUSNA TERHADAP KADAR GULA DARAH PASIEN
DENGAN DIABETES MELITTUS DI RSUD
dr. SOEKARDJO TASIKMALAYA**

**ELENA RISKY AMANDA
NIM: P2.06.20.5.20.011**

**Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan & Pendidikan
Profesi Ners Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Tasikmalaya Kementerian
Kesehatan Republik Indonesia
2024**

**PENGARUH RELAKSASI BENSON DAN LANTUNAN ASMAUL HUSNA TERHADAP
KADAR GULA DARAH PASIEN DENGAN DIABETES MELITTUS
DI RSUD dr. SOEKARDJO TASIKMALAYA**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Mencapai Derajat Sarjana Terapan Keperawatan

(S.Tr.Kep) Pada Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan & Profesi Ners

Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya



Oleh :

ELENA RISKY AMANDA

NIM. P2.06.20.5.20.011

**PROGRAM SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN & PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA
2024**

PRAKATA

Puji dan Syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas Rahmat dan karunia-Nya yang telah memberikan Kesehatan kepada hambanya. Sholawat beserta salam tidak lupa panjatkan kepada Nabi Muhammad SAW, kepada keluarganya, sahabatnya dan kepada kita selaku umatnya. Alhamdulillah penulis telah menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul “Pengaruh Relaksasi Benson Dan Lantunan Asmaul Husna Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Dengan Diabetes Melitus Di RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya”.

Penulis banyak menemukan kesulitan dalam penyusunan skripsi, namun penulis banyak mendapat dorongan, bantuan, arahan, dan bimbingan dari berbagai pihak sehingga skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Untuk itu dengan rasa tulus dan kerendahan hati, penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S. Kep, Ns., M. Kep, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak Dudi Hartono, S.Kep, Ns., M. Kep., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
3. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns.,Sp.Kep.Jiwa., selaku Ketua Program Studi Keperawatan & Profesi Ners Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Ibu Hj. Yanti Cahyati, Ns., M.Kep., selaku pembimbing 1 yang telah meluangkan waktu, tenaga, serta pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan serta motivasi dalam penyusunan skripsi.

5. Bapak Asep Riyana, S.Pd, S.Kep, Ns., MA.Kep., selaku pembimbing 2 yang telah meluangkan waktu, tenaga, serta pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan serta motivasi dalam penyusunan skripsi.
6. Bapak Dr. Asep Kuswandi, S.Kep, Ns., M.Kep., Sp.KMB, selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu, tenaga, serta pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan serta motivasi dalam penyusunan skripsi.
7. Seluruh staff Pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalankan perkuliahan.
8. Kepada kepala ruangan melati 3 RSUD dr. Soekardjo yang telah membantu dan kerja sama selama pengumpulan data untuk bahan kajian penelitian yang dilakukan.
9. Tidak lupa tentunya kedua orang tua, yang selalu memberi dukungan dan senantiasa mendoakan penulis tanpa do'a dan dukungan orang tua penulis tidak bisa sampai sejauh ini.
10. The Carell (Rani, Adilah, Diva, Kai) yang selalu memberikan *support*, do'a, semangat dan dukungan. Teima Kasih telah mau kenal lebih dalam dengan aku. Sukses terus girls.
11. Nadira Putri Nizar yang selalu memberikan dukungan, do'a, motivasi, bantuan selama proses proposal hingga hasil akhir penelitian.

12. Seluruh teman-teman Jurusan Sarjana Terapan Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya Angkatan 2 yang selalu memberikan semangat dan dukungan.
13. Semua pihak yang telah berpartisipasi membantu penulis dalam hal moral, tenaga, maupun spiritual, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca dalam proses Pendidikan kearah yang lebih baik lagi, terima kasih.

Tasikmalaya, 8 Januari 2024

Penulis

ABSTRAK

Latar Belakang : Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah penyakit yang tidak disebabkan oleh mikroorganisme patogen atau penyakit yang tidak menular antar individu. Salah satu PTM yang dapat menyebabkan kematian terbanyak adalah diabetes mellitus. Diabetes melitus merupakan penyakit yang terjadi akibat tubuh tidak dapat mengatur gula darah dengan baik karena gangguan dalam produksi insulin. Salah satu contoh terapi *Non-farmakologis* yang dapat mengendalikan kadar gula darah adalah relaksasi Benson, dan Asmaul Husna.

Tujuan : Diketuainya pengaruh relaksasi Benson dan Lantunan Asmaul Husna terhadap Kadar Gula Darah pada penderita Diabetes Mellitus.

Metode : Penelitian *quasy-experiment* dengan *pre-test – post-test with one group design*. Dilakukan pada bulan Maret hingga April 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah responden diabetes mellitus yang memiliki kadar gula darah sewaktu >200 mg/dl di RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya. Menggunakan 21 responden kelompok intervensi semua. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Non Probability Sampling*. Uji statistik yang digunakan adalah uji *Wilcoxon*.

Hasil : Analisa data penelitian uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa adanya pengaruh sebelum dan sesudah perlakuan terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus dengan p value 0.000.

Kesimpulan : Maka dapat disimpulkan bahwa relaksasi Benson dan lantunan Asmaul Husna dapat menurunkan kadar gula darah.

Kata Kunci : Diabetes Melitus, Kadar Gula Darah, Relaksasi Benson, Asmaul Husna.

ABSTRACT

Background: *Non-communicable diseases (NCDs) are diseases that are not caused by pathogenic microorganisms or diseases that are not transmitted between individuals. One of the NCDs that can cause the most deaths is diabetes mellitus. Diabetes mellitus is a disease that occurs when the body cannot regulate blood sugar properly due to problems in insulin production. One example of non-pharmacological therapy that can control blood sugar levels is Benson Relaxation and Asmaul Husna.*

Objective: *To determine the effect of Benson relaxation and Asmaul Husna chanting on blood sugar levels in diabetes mellitus sufferers.*

Method: *Quasi-experiment research with pre-test – post-test with one group design. Conducted from March to April 2024. The population in this study were diabetes mellitus respondents who had blood sugar levels >200 mg/dl at RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya. Using all 21 intervention group respondents. The sampling technique uses Non Probability Sampling. The statistical test used is the Wilcoxon test.*

Results: *Analysis of the Wilcoxon test research data showed that there was an effect before and after treatment on reducing blood sugar levels in diabetes mellitus patients with a p-value of 0.000.*

Conclusion: *So it can be concluded that Benson relaxation and Asmaul Husna chanting can reduce blood sugar levels.*

Keywords: *Diabetes Mellitus, Blood Sugar Levels, Benson Relaxation, Asmaul Husna.*

DAFTAR ISI

PRAKATA.....	vi
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN.....	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.5 Orsinalitas Penelitian	7
BAB II	12
TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1 Konsep Diabetes Melitus	12
2.2 Konsep Gula Darah.....	21
2.3 Konsep Stress.....	28
2.4 Konsep Relaksasi Benson.....	30
2.5 Konsep Asmaul Husna.....	32
2.6 Pengaruh Relaksasi Benson Dan Lantunan Asmaul Husna Terhadap	

Penurunan Gula Darah	36
2.7 Kerangka Teori	39
2.8 Hipotesis Penelitian	40
BAB III.....	42
METODOLOGI PENELITIAN	42
3.1 Desain Penelitian	42
3.2 Populasi, Sampel, dan Sampling.....	43
3.3 Variabel Penelitian.....	45
3.4 Definisi Operasional	46
3.5 Tempat Penelitian	47
3.6 Waktu Penelitian.....	47
3.7 Instrumen Penelitian	48
3.8 Uji Validitas dan Realibilitas	48
3.9 Prosedur Pengumpulan Data.....	48
3.10Analisa Data.....	51
3.11Etika Penelitian	52
BAB IV	54
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	54
4.1 Hasil Penelitian	54
4.2 Pembahasan	57
BAB V.....	67
PENUTUP.....	67
5.1 Kesimpulan	67
5.2 Saran	68
DAFTAR PUSTAKA.....	69

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Orsinalitas Penelitian	7
Tabel 3. 1 Skema One Group pre-test post-test design.....	42
Tabel 3. 2 Definisi Operasional	46
Tabel 3. 3 Analisa Bivariat.....	52
Tabel 4. 1 karakteristik responden berdasarkan usia pasien diabetes melitus di RSUD dr. Soekardjo tahun 2024 (n =21).....	54
Tabel 4. 2 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pasien diabetes melitus di RSUD dr. Soekardjo tahun 2024 (n = 21).....	55
Tabel 4. 3 Karakteristik responden berdasarkan pendidikan pasien diabetes melitus di RSUD dr. Soekardjo tahun 2024 (n = 21).....	55
Tabel 4. 4 Karakteristik responden berdasarkan lama menderita diabetes melitus pasien diabetes melitus di RSUD dr. Soekardjo tahun 2024 (n = 21)	56
Tabel 4. 5 Uji normalitas data rata-rata kadar gula darah pasien diabetes melitus di RSUD dr. Soekardjo tahun 2024 (n=21).....	56
Tabel 4. 6 Distribusi rerata nilai kadar gula darah pasien diabetes melitus di RSUD dr. Soekardjo tahun 2024 (n=21)	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Krangka Teori	40
---------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan	73
Lampiran 2 Survey Awal RSUD Tasikmalaya.....	74
Lampiran 3 Surat Pengantar Penelitian	75
Lampiran 4 Surat Kaji Etik	76
Lampiran 5 Permohonan Menjadi Responden	77
Lampiran 6 Informed Consent	78
Lampiran 7 Kuisisioner Identitas Responden	79
Lampiran 8 Prosedur pemeriksaan Gula Darah Sewaktu	80
Lampiran 9 Prosedur Relaksasi Benson	80
Lampiran 10 Prosedur Lantunan Asmaul Husna.....	81
Lampiran 11 Asmaul Husna.....	83
Lampiran 12 Lembar Observasi Relaksasi Benson dan Lantunan Asmaul Husna	84
Lampiran 13 Lembar Bimbingan	85
Lampiran 14 Lembar Persetujuan Responden.....	87
Lampiran 15 Lembar Kuisisioner Responden.....	88
Lampiran 16 Lembar Observasi	87
Lampiran 17 SPSS	88
Lampiran 18 Dokumentasi Penelitian	90
Lampiran 19 Hasil Cek Similarit.....	92

DAFTAR SINGKATAN

BB : Berat Badan

DM : Diabetes Melitus

GDS : Gula Darah Sewaktu

KGD : Kadar Gula Darah

O₂ : Oksigen

RSUD : Rumah Sakit Umum Daerah dr. Soekardjo

TD : Tekanan Darah