



KARYA TULIS ILMIAH

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2  
YANG MENGALAMI KECEMASAN DENGAN PENERAPAN HIPNOSIS  
LIMA JARI DAN RELAKSASI BENSON DI WILAYAH PUSKESMAS  
PURBARATU KOTA TASIKMALAYA TAHUN 2024**

TRIA PUSPA RAHAYU

NIM .P2.06.20.1.21.007

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN  
TASIKMALAYA  
2024**



**KARYA TULIS ILMIAH**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2  
YANG MENGALAMI KECEMASAN DENGAN PENERAPAN HIPNOSIS  
LIMA JARI DAN RELAKSASI BENSON DI WILAYAH PUSKESMAS  
PURBARATU KOTA TASIKMALAYA TAHUN 2024**

TRIA PUSPA RAHAYU

NIM .P2.06.20.1.21.007

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN  
TASIKMALAYA  
2024**

**ABSTRAK****ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2 YANG MENGALAMI KECEMASAN DENGAN PENERAPAN HIPNOSIS LIMA JARI DAN RELAKSASI BENSON DI WILAYAH PUSKESMAS PURBARATU KOTA TASIKMALAYA****Tria Puspa Rahayu****Dr. Iwan Somantri, S.kep.,M.kep<sup>1</sup>****Ridwan kustiawan,M.kep.,Sp.Kep.Jiwa<sup>2</sup>**

Diabetes mellitus (DM) adalah suatu kumpulan penyakit metabolisme yang timbul pada seseorang disebabkan karena kadar glukosa darah yang meningkat melebihi nilai normal akibat kekurangan insulin. Penderita DM sering mengalami peningkatan kecemasan karena perubahan kondisi. Penatalaksanaan non farmakologi kecemasan yang diambil yaitu hipnosis lima jari dan relaksasi benson. Ansietas adalah sensasi ketidaknyamanan atau kegelisahan yang samar, diiringi adanya perasaan takut dan respons emosional. Terapi hipnosis lima jari adalah bentuk self-hipnosis yang mampu menghasilkan efek relaksasi yang signifikan, membantu mengurangi ketegangan dan stres pikiran seseorang. Relaksasi Benson merupakan suatu teknik relaksasi yang melibatkan pernapasan dalam yang disatukan dengan keyakinan pribadi pasien. Tujuan KTI ini adalah agar penulis mampu menerapkan asuhan keperawatan pada pasien DM yang mengalami kecemasan dengan penerapan hipnosis lima jari dan relaksasi benson. Teori yang mendasari karya tulis ilmiah ini adalah DM tipe 2, ansietas, hipnosis lima jari dan relaksasi benson. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian dilakukan dengan 2 orang dengan gangguan kecemasan. Pelaksanaan relaksasi benson dan hipnosis lima jari dilakukan dengan waktu 10-15 menit 3 kali sehari dilakukan dengan pertemuan 5 hari. Hasil yang didapatkan adanya penurunan tanda dan gejala setelah diberikan terapi hipnosis lima jari dan relaksasi benson. Kesimpulan dari studi kasus ini menunjukkan bahwa terapi hipnosis lima jari dan relaksasi benson terbukti dapat menurunkan tanda dan gejala kecemasan. Diharapkan tindakan ini dapat diterapkan pada setiap responden yang mengalami kecemasan.

Kata kunci : Diabetes mellitus tipe 2, Kecemasan, hipnosis lima jari, relaksasi benson.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

**ABSTRACT****NURSING CARE FOR TYPE 2 DIABETES MELLITUS PATIENTS WHO EXPERIENCE ANXIETY WITH THE APPLICATION OF FIVE FINGER HYPNOSIS AND BENSON RELAXATION IN THE PURBARATU HEALTH CENTER AREA, TASIKMALAYA CITY****Tria Puspa Rahayu****Dr. Iwan Somantri, S.kep., M.kep<sup>1</sup>****Ridwan Kustiawan, M.Kep., Sp.Kep. Jiwa<sup>2</sup>**

*Diabetes mellitus (DM) is a group of metabolic diseases that arise in a person due to blood glucose levels increasing beyond normal values due to insulin deficiency. DM sufferers often experience increased anxiety due to changes in condition. The non-pharmacological management of anxiety taken is five-finger hypnosis and Benson relaxation. Anxiety is a vague sensation of discomfort or restlessness, accompanied by feelings of fear and emotional responses. Five finger hypnosis therapy is a form of self-hypnosis that is capable of producing significant relaxation effects, helping to reduce tension and stress in a person's mind. Benson Relaxation is a relaxation technique that involves deep breathing combined with the patient's personal beliefs. The purpose of this KTI is to enable the author to apply nursing care to DM patients who experience anxiety by applying five finger hypnosis and Benson relaxation. The theory underlying this scientific paper is DM tipe 2, anxiety, five finger hypnosis dan benson relaxation. This research uses a qualitative method with a case study approach. The research subjects were 2 people with anxiety disorders. Benson relaxation and five finger hypnosis are carried out for 10-15 minutes 3 times a day for 5 meetings every day. The results obtained were a decrease in signs and symptoms after being given five finger hypnosis therapy and Benson relaxation. Conclusion: The conclusion of this case study shows that five finger hypnosis therapy and Benson relaxation can reduce signs and symptoms of anxiety. Suggestion: It is hoped that this action can be applied to every respondent who experiences anxiety.*

*Key words: Type 2 diabetes mellitus, anxiety, five finger hypnosis, Benson relaxation.*

*Ministry of Health of the Republic of Indonesia*

*Tasikmalaya Ministry of Health Polytechnic*

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang sudah memberikan rahmat serta karunia-Nya kepada penulis sehingga penulis bias menyelesaikan tugas akhir dengan judul “Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Yang Mengalami Kecemasan Dengan Penerapan Hipnosis Lima Jari Dan Relaksasi Benson Di Wilayah Puskesmas Purbaratu Kota Tasikmalaya Tahun 2024 ” dengan baik.

Penulis sangat menyadari bahwa laporan ini tidak dapat terselesaikan tanpa dukungan dari berbagai pihak, baik dukungan moral maupun materiil. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih untuk semua pihak yang membantu penulis menyelesaikan Tugas Akhir ini, terutama kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani S.Kep, Ners, M.Kep, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya
2. Bapak Dudi Hartono, S.kep., Ners., M.kep, Selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya
3. Ibu Lia Herliana, S.Kep., Ners., M.Kep, Selaku Ketua Program Studi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya
4. Dr. Iwan Somantri, S.Kep., M.Kep Selaku pembimbing 1 yang telah membimbing penulis dengan saran, masukan dan motivasi yang membangun selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ridwan Kustiawan, M.Kep., SP. Kep Jiwa Selaku pembimbing 2 yang telah membimbing penulis dengan saran, masukan dan motivasi yang membangun selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Seluruh staf pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah memberikan ilmu dan pengalaman yang sangat berharga
7. Kedua orang tua, keluarga terutama keempat kakak penulis yang selalu memberikan dukungan moral dan materiil, do`a serta selalu memotivasi penulisan dalam menyelesaikan Tugas Akhir.

8. Calon suami penulis Muhamad Nasir yang selalu memberikan semangat dan dukungan moral dan materiil, do`a serta selalu memotivasi penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir.
9. Seluruh sahabat penulis terutama Najmi Nabila, Jilan Febriani Hermansyah, Bella Bellinda, Silmi Hanipah, Lutfia Reza Parwati, Eka Putri M, Safitri, Yuni Nurrahmi, Rima, dan adik ifar penulis Laila Rahayu yang selalu memberikan semangat dan motivasi kepada penulis
10. Seluruh teman angkatan 29 Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, khususnya keluarga 3A yang telah berjuang bersama dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini
11. Semua pihak yang telah berperan banyak dalam penyusunan Tugas Akhir ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis berharap setiap bantuan yang telah diberikan oleh segenap pihak bisa menjadi lading pahala untuk mereka. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan laporan Tugas Akhir sebab keterbatasan yang penulis miliki. Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaiki di masa yang akan datang. Semoga laporan Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat bagi pembacanya.

Tasikmalaya, 22 Maret 2024

Penulis



Tria Puspa Rahayu

P20620121007

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	ii
ABSTRAK.....	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan .....	6
1.3.1 Tujuan Umum .....	6
1.3.2 Tujuan Khusus .....	7
1.4 Manfaat studi kasus.....	7
1.4.1 Masyarakat.....	7
1.4.2 Pengembangan Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi .....	7
1.4.3 Penulis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>9</b>
2.1 Konsep Bio Medis.....	9
2.1.1 Konsep dasar ansietas .....	9
2.1.2 Konsep dasar DM tipe 2.....	23
2.2 Konsep Asuhan Keperawatan Ansietas Pada Pasien Diabetes Mellitus .....	38
2.2.1 Pengkajian asuhan keperawatan ansietas .....	38
2.2.2 Diagnosa keperawatan .....	43
2.2.3 Intervensi.....	43
2.2.4 Implementasi.....	48
2.2.5 Evaluasi .....	48
2.3 Konsep dasar terapi ansietas .....	49
2.3.1. Konsep terapi hipnosis 5 jari.....	49
2.3.2 Konsep dasar terapi relaksasi benson dengan spiritual .....	51
2.4 Kerangka teori.....	52

BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....	53
3.1.    Desain Karya Tulis Ilmiah .....	53
3.2.    Subyek Karya Tulis Ilmiah .....	53
3.3.    Definisi Operasional / Batasan Istilah.....	53
3.4.    Waktu dan Lokasi Penelitian .....	56
3.5.    Prosedur penulisan karya tulis ilmiah .....	56
3.6.    Teknik pengumpulan data .....	56
3.7.    Instrumen Pengumpulan Data.....	58
3.8.    Keabsahan Data .....	58
3.9.    Analisa Data.....	59
3.10.   Etika Penelitian .....	59
BAB IV HASIL KTI DAN PEMBAHASAN .....	62
4.1    Hasil Karya Tulis Ilmiah.....	62
4.1.1    Gambaran Lokasi KTI .....	62
4.1.2    Gambaran tahapan pelaksanaan proses keperawatan pada pasien DM tipe 2 dengan gangguan kecemasan yang dilakukan hipnosis 5 jari dan relaksasi benson .	63
4.1.3    Gambaran perubahan tanda dan gejala ansietas .....	70
4.1.4    Gambaran kesenjangan kedua pasien ansietas .....	70
4.2    Pembahasan.....	71
4.2.1    Tahapan Pelaksanaan Proses Keperawatan.....	71
4.2.2    Respon Pada Penurunan Tingkat Kecemasan Responden .....	84
4.2.3    Kesenjangan Tanda dan Gejala Ansietas Pada Kedua Responden .....	86
4.3    Keterbatasan KTI .....	89
BAB V PENUTUP .....	90
5.1    Kesimpulan .....	90
5.2    Saran .....	91